

ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತ

(ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಹಿರಿಮೆ, ಆಚರಣೆಯ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳು,
ಸಂಕಲ್ಪಮಂತ್ರಗಳು, ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹರಿದಾಸರ ಕೃತಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ)

ಸಂಪಾದನೆ, ಅನುವಾದ, ವಿವರಣೆ:

ಡಾ|| ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ

ಪ್ರಕಾಶನ :

ಐತರೇಯ ಪ್ರಕಾಶನ ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪ್ರಕಾಶನ ವಿಭಾಗ

''ಯಾಜಕ'', ೬೭, ಹನುಮಂತನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೧೯.

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ(ರಿ.)

ಸಂಸ್ಥಾಪಕ-ನಿರ್ದೇಶಕರು : ಡಾ|| ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ

''ಪಾಜಕ'', 67, 50 ಅಡಿ ರಸ್ತೆ, ಹನುಮಂತನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-19. ✆ 2660 2802

ಸಂಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಯೋಜನೆಗಳು

1) ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಸ್ಕೃತ ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸುವುದು; ಈಗಾಗಲೇ 2000ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ತನ್ನ '**ಶ್ರೀಜಯತೀರ್ಥ ಸಂಸ್ಕೃತ ಹಸ್ತಲಿಖಿತ ಗ್ರಂಥಾಲಯ**'ದಲ್ಲಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದೆ.

2) ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವರ ಕೃತಿಗಳ ಅನುವಾದ ಹಾಗೂ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಕೃತಿಗಳನ್ನು, ಹರಿದಾಸ-ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕಾಶನಪಡಿಸುವುದು (ಐತೇಯಪ್ರಕಾಶನ); ಈಗಾಗಲೇ 25000 ಪುಟಗಳಿಗೂ ಮೀರಿದ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸಂಸ್ಕೃತ, ಕನ್ನಡ, ಆಂಗ್ಲ ಹಾಗೂ ತೆಲುಗು ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶನ ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

3) '**ಶ್ರೀರಾಘವೇಂದ್ರ ವೇದಾಂತಪಾಠಶಾಲಾ**' ಎಂಬ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನೂ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಸರ್ವಮೂಲ-ಗ್ರಂಥಗಳ ಪಾಠ-ಪ್ರವಚನ, ಸ್ತೋತ್ರಪಾಠ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅನೇಕ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಿರಂತರ ನಡೆಸುತ್ತಾ ಬಂದಿದೆ.

4) '**ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸೇವಾಪುರಸ್ಕಾರ ಯೋಜನೆ**': ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವರ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ವೃದ್ಧ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಗೆ ಪ್ರತಿತಿಂಗಳು ಮಾಸಿಕ ಗೌರವಧನವನ್ನು ಆಜೀವ ಸಲ್ಲಿಸುವುದು; ಪ್ರಕೃತ 26 ವಿದ್ವಾಂಸರಿಗೆ ರೂ. 500/- ನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಅದನ್ನು ಸೆಪ್ಟಂಬರ್ 2005 ರಿಂದ ರೂ. 750/-ಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮುಂದೆ ರೂ. 1000/-ಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಯೋಜನೆಯೂ ಇದೆ.

5) ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವರ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುತ್ತ, ಲೌಕಿಕ ವಿದ್ಯೆಯ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಪ್ರತಿಭಾವಂತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆರ್ಥಿಕಸಹಾಯ ನೀಡುವುದು.

6) ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಒಬ್ಬ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಗೆ ರೂ. 10,000/- ಗಳ '**ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸೇವಾಪ್ರಶಸ್ತಿ**'.

7) ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಕಂಠಪಾಠ ಒಪ್ಪಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ರೂ.25,000/- ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಸುಮಧ್ವವಿಜಯವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ '**ಸುಮಧ್ವಶ್ರೀ**' ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಹಾಗೂ ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಗೆ '**ಹರಿದಾಸಶ್ರೀ**' ಪ್ರಶಸ್ತಿಪ್ರದಾನ.

8) ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವರನ್ನು ಹಾಗೂ ಅವರ ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಸಂಶೋಧನಕೃತಿಗಳ ಪ್ರಕಾಶನಕ್ಕೆ ಆರ್ಥಿಕ ಸಹಾಯ.

9) ಯುವಜನತೆಯಲ್ಲಿ ತಾತ್ತ್ವಿಕಜಾಗೃತಿಯನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಲು ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವರ ತತ್ತ್ವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಸಂಕಿರಣಗಳನ್ನು, ವಿದ್ವದ್ಗೋಷ್ಠಿಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.

ಅಪಾರವೆಚ್ಚದ ಈ ಎಲ್ಲ ಯೋಜನೆಗಳಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನವು ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ದೇಣಿಗೆಯನ್ನು ಆಸ್ತಿಕಜನತೆಯಿಂದ ಸ್ವಾಗತಿಸುತ್ತದೆ. ರೂ.12,000/- ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮೊತ್ತದ ದೇಣಿಗೆಯನ್ನು ನೀಡುವವರಿಗೆ **ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯ** ಹಾಗೂ **ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರ**ಗಳ ಅನುವಾದಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪ್ರಕಾಶನದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆ :

1) ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ನೀಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ದೇಣಿಗೆಗಳಿಗೂ ಆದಾಯತೆರಿಗೆ ನಿಯಮ 80ಜಿ ಅನ್ವಯ ಆದಾಯತೆರಿಗೆ ವಿನಾಯಿತಿ ಸೌಲಭ್ಯ ಉಂಟು.

2) ದೇಣಿಗೆಗಳನ್ನು "ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ(ರಿ.)", ಬೆಂಗಳೂರು - ಈ ಹೆಸರಿಗೆ ನಗದು/ಚೆಕ್/ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಅಧಿಕೃತ ರಸೀತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯತಕ್ಕದ್ದು.



ಏಕಾದಶೀವ್ರತ

(ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಹಿರಿಮೆ, ಆಚರಣೆಯ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳು, ಸಂಕಲ್ಪಮಂತ್ರಗಳು, ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಹರಿದಾಸರ ಕೃತಿಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ)

ಸಂಕಲನ, ಅನುವಾದ, ವಿವರಣೆ:

ಡಾ॥ ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ

ಪ್ರಕಾಶನ :

ಐತರೇಯ ಪ್ರಕಾಶನ ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪ್ರಕಾಶನ ವಿಭಾಗ

''ಪಾಜಕ'', ೬೭, ಹನುಮಂತನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - ೫೬೦ ೦೧೯.

Ekādaśivrata - compiled, transiated and edited by Vidyāvācaspati, Darśanaratnam, Sacchāstra-vicakṣaṇaratnam, Pravacanācārya, Śāstrapravacanakesari, Madhvamatavardhana, Vidvaccūḍāmaṇi, Vedavidyāvicakṣaṇa, Paṇḍitaratnam, Vidyāvāridhi, Sacchāstrapravacanapravīṇa, Gītāratnākara, Tattvavācaspati, Jnānaratnākara (and Recipient of Karnataka State Sanskrit Award-1999 & **Karnataka Rajyotsava Award-2002**, **Śrī Vidyāmānya Mahāpraśasti** of Śrī Pejavar Mutt, Udupi and **Rashtrapati Award - 2005**) **Dr.Vyasanakere Prabhanjanacharya**, M.A., Ph.D., D.Litt., F.I.B.R., F.U.W.A., Principal (Rtd.), Govt. First Grade College, K.R.Puram, Bangalore and Published by **Aitareya Prakāśana Vyasanakere**, Publication wing of **Śrī VyāsaMadhva Samśodhana Pratiṣṭhāna** 'Pajaka', No.67, Fifty Feet Road, Hanumanthanagar, Bangalore - 560019. Pages: 80.

Phone : 26602802
26622345.

Internet : www.vyasamadhwa.org

E-mail : info@vyasamadhwa.org

First Edition : 2005

Price : Rs. 25/-

Typeset by :

Śrī VyāsaMadhva Samśodhana Pratiṣṭhāna

Printed at :

Vāgartha, N.R. Colony, Bangalore, Ph: 26527677
Bangalore - 19.

ವಿಷಯಾನುಕ್ರಮಣಿಕೆ

*****

ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ಸದಾಚಾರದ ಹಿರಿಮೆ

ಸದಾಚಾರವು ಸುದೃಢದೇಹ ಮತ್ತು ಸಬಲಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಪ್ರಮುಖಸಾಧನ ಎಂದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಸಾರಿವೆ. ವಿಚಾರಶುದ್ಧಿಯು ಸದಾಚಾರದಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಅತಿಮುಖ್ಯ ಪ್ರಯೋಜನ(**'ಕರ್ಮಣಾ ಜ್ಞಾನಮಾತನೋತಿ'**); ಸದ್ವಿಚಾರವನ್ನು ಗಳಿಸಲು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಗಳಿಸಿದ ವಿಚಾರವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಸಹ ಸದಾಚಾರವು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂತಹ ನಿರ್ಮಲತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನವು ಮಾನವನ ಆತ್ಯಂತಿಕ ಉನ್ನತಿಯ ಏಕಮಾತ್ರ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ. **'ಆಚಾರಹೀನಂ ನ ಪುನಂತಿ ವೇದಾಃ'**, **'ಆಚಾರಪ್ರಭವೋ ಧರ್ಮಃ'** ಎಂಬ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಸದಾಚಾರದ ಹಿರಿಮೆ ಪ್ರತಿಪಾದಿತವಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದರ 'ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿ', 'ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ' ಮೊದಲಾದ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ವೇದೋಕ್ತ ಸದಾಚಾರದ ಸ್ಪಷ್ಟ ಚಿತ್ರ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತದೆ.

ಸದಾಚಾರ – ಕರ್ಮಯೋಗ

ಅಂತಹ 'ಸದಾಚಾರ' ಮುಖ್ಯಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಗೀತೋಕ್ತವಾದ 'ಕರ್ಮಯೋಗ'ವೇ ಆಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮಾನವನು ತನ್ನ ಪಾಲಿನ ವಿಹಿತಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಸ್ವಾರ್ಥದ ಹಂಬಲವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವೇ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ತಪ್ಪದೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬದು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಉಪದೇಶಿಸುವ ಕರ್ಮಯೋಗದ ತಿರುಳು. ಅಂತಹ ವಿಹಿತಕರ್ಮಗಳು ನಿತ್ಯ, ನೈಮಿತ್ತಿಕ, ದೈಶಿಕ, ಕಾಲಿಕ ಮೊದಲಾದವುಗಳಂತೆ ದಾನ, ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ, ಜಪ, ತಪಸ್ಸು, ಯಜ್ಞ, ಉಪವಾಸವ್ರತ ಮೊದಲಾಗಿ ಅನೇಕಬಗೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸವ್ರತ ವಿಶಿಷ್ಟಬಗೆಯದು. ಉಪವಾಸವು ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕ, ಭೀಷ್ಮಪಂಚಕ, ಏಕಾದಶೀ(ಅತಿರಿಕ್ತದ್ವಾದಶೀ, ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಗಳು ಸಹ), ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಜಯಂತೀ (ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮೀ) ಮೊದಲಾಗಿ ಅನೇಕತೆರನಾಗಿದೆ. ಚಾತುರ್ಮಾಸ್ಯವು ಸಹ ಇಂತಹ ಅಪೂರ್ವವ್ರತ.

ಏಕಾದಶೀ – ಕೃಷ್ಣಜಯಂತೀ

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಜಯಂತೀ ವ್ರತಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನಿಗೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ವಿಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಉಪವಾಸವ್ರತಗಳಾಗಿವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವದು ಮಹಾಪುಣ್ಯಕರವಾಗಿರುವಂತೆ, ಆಚರಿಸದೆ ಇರುವದು ಮಹಾಪಾಪಕರವೂ ಆಗಿದೆ. ವೇದಗಳು, ಇತಿಹಾಸಪುರಾಣಗಳು ಮೊದಲಾದ ಎಲ್ಲಾ ಸಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲೂ ಇವುಗಳ ಮಹತ್ತ್ವವು ಮುಕ್ತಕಂಠವಾಗಿ ಪ್ರಶಂಸಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದರು ಇವುಗಳ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಪರಿಯಾಗಿ ವರ್ಣಿಸಿದ್ದಾರೆ; ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥರು, ನಾರಾಯಣಪಂಡಿತಾಚಾರ್ಯರು ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಮುಖ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಕಾರರು ಮತ್ತು ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು, ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರು ಮೊದಲಾದ ಹರಿದಾಸರು ಈ ವ್ರತಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿವರಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಏಕಾದಶಿಯ ಮಹತ್ತ್ವ

ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಗೆ ಅಭಿಮಾನಿದೇವತೆಯು ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಶ್ರೀಹರಿ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಇದಕ್ಕೆ **'ಹರಿದಿನ'** ಎಂದೂ ಹೆಸರು.'ಹರಿದಿನ'ವೆಂಬ ಕಾರಣದಿಂದಲೇ ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ

ಬಂದಿದೆ. ಊಟ ಉಪಚಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತೊರೆದು, ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ವಿಷಯಭೋಗಗಳನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸಿ, ಇಡೀ ದಿನವನ್ನು ಭಗವಂತನ ಪೂಜೆ, ಸಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಗಳ ಶ್ರವಣ ಮನನಗಳಲ್ಲೇ ಕಳೆಯುವದು ಈ ವ್ರತದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಶ. ನಿದ್ರೆಗೂ ಸಹ ಅಂದು ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ; ನೀರನ್ನು ಸಹ ಅಂದು ಕುಡಿಯುವಂತಿಲ್ಲ. ಹೀಗೆ ದಿನವಿಡೀ ದೇಹದ ಕನಿಷ್ಠ ಆವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೂ ಗಮನ ಕೊಡದೆ, ಪರಮಾತ್ಮನ ಚಿಂತನೆಗೆಂದೇ ಮೀಸಲಾಗಿರುವ ಈ ವ್ರತವು ನಿಜಕ್ಕೂ ಸ್ವಾರ್ಥಕ್ಕೆ ಇಂಬನ್ನು ಕೊಡದೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಒಲುಮೆಗೆಂದೇ ವಿಹಿತಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ 'ನಿಷ್ಕಾಮಕರ್ಮಯೋಗ'ದ ದಿವ್ಯಪ್ರತೀಕವೇ ಆಗಿದೆ.

ಕರ್ಮಯೋಗದಂತೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಎಲ್ಲವರ್ಣಾಶ್ರಮದವರಿಗೂ, ವರ್ಣಬಾಹ್ಯರಿಗೂ, ಎಲ್ಲಾ ವಯೋಮಾನದವರಿಗೂ, ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿದೆ ಎಂಬದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ಏಕಾದಶಿಯ ಪ್ರಯೋಜನ

ಈ ವ್ರತದ ಅನುಷ್ಠಾನವು ಅಂತಃಕರಣದ ಶುದ್ಧಿಗೂ, ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನದ ವೃದ್ಧಿಗೂ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೇಲೆ ಹತೋಟಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಉಪವಾಸವ್ರತವು ಶ್ರೇಷ್ಠಸಾಧನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿದೆ ಎಂದೇ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿವೆ. ಉಪವಾಸದಿಂದಾಗಿ ಅಂತರ್ಮುಖವಾಗುವ ಚೇತನಕ್ಕೆ ವಿಷಯಾಸಕ್ತಿಯು ಕುಗ್ಗುತ್ತದೆ; ವಿಚಾರಶಕ್ತಿಯು ಹರಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಪಾಯವಾಗಬಲ್ಲ ಆಹಾರಾಂಶಗಳು ಕ್ಷಯಿಸುತ್ತವೆ; ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅಪಾಯವಾಗಬಲ್ಲ ದುಷ್ಟವಿಚಾರಗಳು ಸಹ ಅಳಿಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಉಪವಾಸದಿಂದ ಬಳಲಿದ ಜೀವಕ್ಕೆ ಅನ್ನದ ಮಹತ್ತ್ವ ಅರಿವಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ; ಜೀವನದೃಷ್ಟಿ ವಿಶಾಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಭಿಲಾಷೆಯಿದ್ದೂ, 'ಅನ್ನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಕೂಡದೆಂಬ ದೃಢನಿಷ್ಠೆ'ಯು ಆತ್ಮಸಂಯಮವನ್ನು ಅಪಾರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ 'ನಾಸ್ತಿಕ್ಯವಾದ'ದ ಪೊಳ್ಳುತನ ಮನವರಿಕೆಯಾಗಿ ಆಸ್ತಿಕ್ಯ ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ದಿನ(ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಎರಡು ದಿನ) ಆಹಾರವು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ಯಾವ ಕೆಡಕೂ ಉಂಟಾಗುವದಿಲ್ಲ; ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಅಂತಹ ನಿಯಮಿತ ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಯೋಜನವೇ ಉಂಟು ಎಂಬದಾಗಿ ಆಯುರ್ವೇದ, ಅಲೋಪತಿ ಮೊದಲಾದ ಎಲ್ಲಾ ವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳೂ ಒಪ್ಪುತ್ತವೆ. ಹೃದ್ರೋಗ ಹಾಗೂ ಅರ್ಬುದಗಳಂತಹ ಪ್ರಬಲ ರೋಗಗಳು ಉಪವಾಸವ್ರತದ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಗುಣವಾದ ನಿದರ್ಶನಗಳಿವೆ.

ಇತಿಹಾಸಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶಿಯ ಉಲ್ಲೇಖ

ಮಹಾಭಾರತಾದಿ ಇತಿಹಾಸಗಳಲ್ಲೂ, ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಮೊದಲಾದ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಉಲ್ಲೇಖ ವಿಪುಲವಾಗಿ ಬಂದಿದೆ. ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಈ ವ್ರತಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯವನ್ನು ಬೇರಾವ ವ್ರತಕ್ಕೂ ಇತಿಹಾಸಪುರಾಣಗಳು ನೀಡಿಲ್ಲ ಎನ್ನಬಹುದು. ರುಕ್ಮಾಂಗದ ಮೊದಲಾದ ಗತಕಾಲದ ಮಹಾರಾಜರು ಈ ವ್ರತದ ಅನುಷ್ಠಾನವನ್ನು ಸಕಲರಿಗೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಜಾರಿಗೊಳಿಸಿದ್ದರೆಂಬ ಪೌರಾಣಿಕ ಉಲ್ಲೇಖಗಳು ಇದರ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಬಿಂಬಿಸುತ್ತವೆ. ರಾಷ್ಟ್ರದ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಆರ್ಥಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲೂ ಇದರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತವೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶವನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸಿದ ಚೀನಾ ಮೊದಲಾದ ದೇಶಗಳ

ಇತ್ಸಿಂಗ್ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರವಾಸಿಗರು ''ಈ ದೇಶದ ಜನ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ವಾಸುದೇವನ ದಿನ ಎಂದು ಬಹಳ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ'' ಎಂದು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿರುವದು ಗಮನಾರ್ಹ.

ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಉಪವಾಸವ್ರತವನ್ನು ಇಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹದ ಅತ್ಯಂತಪ್ರಧಾನ ಸಾಧನ ಎಂಬದಾಗಿ ಬಣ್ಣಿಸಿದೆ :

ವಿಷಯಾ ವಿನಿವರ್ತಂತೇ ನಿರಾಹಾರಸ್ಯ ದೇಹಿನಃ ।
ರಸವರ್ಜಂ ರಸೋಽಪ್ಯಸ್ಯ ಪರಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ನಿವರ್ತತೇ ॥ – ಭಗವದ್ಗೀತೆ (೨/೫೯)

ಹೀಗೆ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಯೋಗಕ್ಷೇಮಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿ ಇಹಪರ-ಗಳೆರಡರಲ್ಲೂ ಹಿತಕರವಾದ ಇಂತಹ ದಿವ್ಯವ್ರತದ ಅನುಷ್ಠಾನವು ಸಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಗಳಿಂದ, ಋಷಿಮುನಿಗಳ ಪರಂಪರೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಲಭಿಸಿರುವ ಶ್ರೇಷ್ಠಸಾಧನಗಳಲ್ಲೊಂದಾಗಿದೆ. ಇದರ ಅನುಷ್ಠಾನವು ಶ್ರೇಯಸ್ಸನ್ನು ಬಯಸುವ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನಿವಾರ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ. ಉಪವಾಸವ್ರತವು ಆಹಾರವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವದರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಪರ್ಯಾವಸಾನವಾಗದೆ ಶಾಸ್ತ್ರಚಿಂತನೆಯಲ್ಲೂ ವಿನಿಯೋಗವಾಗುವಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ನಿಷ್ಕಾಮತೆಯ ದಿವ್ಯಸಂಕೇತವಾಗಿರುವ ಈ ವ್ರತದ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ಫಲಾಪೇಕ್ಷೆಯ ದುರ್ಗಂಧವು ತಟ್ಟದಂತೆಯೂ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು. ಹಾಗಾದಲ್ಲಿ ಈ ವ್ರತವು ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನದ ಸಿದ್ಧಿಗೆ ಅಮೋಘವಾದ ಸಾಧನೆ ಎಂಬದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಹೃದಯ.

ಏಕಾದಶಿಯಿಂದಾಗುವ ಪ್ರಯೋಜನ

ಉಪವಾಸವ್ರತದಿಂದ ಅನ್ನನೀರುಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬದುಕಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ; ಆದರಿಂದಾಗಿ ಹೊಟ್ಟೆಪಾಡಿಗಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದ್ದನ್ನು ಮಾಡುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಅಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಹಸಿವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪಾಪಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಮೂಲ (ಬುಭುಕ್ಷಿತಃ ಕಿಂ ನ ಕರೋತಿ ಪಾಪಮ್); ಹಸಿವನ್ನು ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ತಡೆಯುವ ಸಾಧನವಾಗಿಯೂ ಉಪವಾಸವ್ರತವು ಮಹತ್ತ್ವ ಪಡೆದಿದೆ; ಹಸಿವನ್ನು ತಡೆದುಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲವನು ಪಾಪದಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಸಹ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಂದು ವಸ್ತುವಿಗೆ ನಾವು ದಾಸರಲ್ಲವೆಂದು ತೋರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವದು ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ನಾವು ಇರಬಲ್ಲೆವೆಂದು ತೋರಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ. ಅನ್ನನೀರುಗಳಿಗೆ ನಾವು ದಾಸರಲ್ಲ; ಆದರೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಭಗವಂತನ ದಾಸರು ಎಂಬದನ್ನು ಮನವರಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಭಗವಂತನ ಒಲುಮೆಗೋಸ್ಕರ ಮಾಡುವ ಉಪವಾಸ ವ್ರತವು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ.

ಉಪವಾಸವ್ರತದಂದು ಅನ್ನ ನೀರುಗಳನ್ನು ಬಿಡುವಂತೆ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಬಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಗಾಳಿ(ವಾಯು)ಯು ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನದ ಸಂಕೇತ; ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನವೇ ಜೀವನದ ಉಸಿರು ಎಂಬ ತತ್ತ್ವವು ಇಲ್ಲಿ ಅಡಗಿದೆ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಭಾವಿಸುವದುಂಟು; ಅಕಾಲಭೋಜನ, 'ಅಕಾರಣ ಉಪವಾಸ' ನಿಷಿದ್ಧಉಪವಾಸ(ತಾಮಸ ಉಪವಾಸ) ಮೊದಲಾದವು-ಗಳಿಗೆ ಈ ಮಾತು ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ; ಏಕಾದಶ್ಯಾದಿ ಉಪವಾಸವ್ರತಗಳಿಗೆ ಎಂದೂ ಅನ್ವಯಿಸುವದಿಲ್ಲ. ಉಪವಾಸ ಬೇರೆ, ಉಪವಾಸವ್ರತ ಬೇರೆ ಎಂಬದನ್ನು ಸಹ ಗಮನಿಸಬೇಕು.

ಉಪವಾಸವ್ರತದಿಂದ ಕಿರಿಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ; ಅನಾರೋಗ್ಯ ಅಳಿಯುತ್ತದೆ ಹಿರಿಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ. ಅದು ಯಾವ ಹಂತದಲ್ಲೂ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರವಲ್ಲ.

ದೈತ್ಯಶಕ್ತಿಗಳು ಭೋಗವನ್ನು ಬಯಸುತ್ತವೆ; ಉಪವಾಸವ್ರತವು ತ್ಯಾಗದ ಸಂಕೇತ; ಆದ್ದರಿಂ ಇದು ಕಾಮ, ಕ್ರೋಧ ಮೊದಲಾದ ಆಸುರೀಶಕ್ತಿಗಳ ದಮನಕ್ಕೂ ಉತ್ತಮಸಾಧನ.

ಏಕಾದಶೀ ಹಾಗೂ ಜ್ಯೋತಿಃಶಾಸ್ತ್ರ

ಏಕಾದಶಿಗೂ ಚಂದ್ರನ ಗತಿಗೂ ಸಂಬಂಧವುಂಟು. ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶಿಯು ಚಂದ್ರನ ಸೂರ್ಯನ ಕಾಂತಿವೃತ್ತದಿಂದ ಪೃಥ್ವಿಯ ಕಾಂತಿವೃತ್ತಕ್ಕೂ ಬರುವ ದಿನ. ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶೀ ಇದ ವ್ಯತ್ಕ್ರಮವಾದದು :

ಸಾ ತು ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷೇ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲಾಚ್ಚಂದ್ರಮಂಡಲಸ್ಯ ನಿರ್ಗಮರೂಪೈಕಾಶಕಲಾಕ್ರಿಯಾ ರೂಪಾ, ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷೇ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲೇ ಚಂದ್ರಮಂಡಲಸ್ಯ ಪ್ರವೇಶರೂಪಾ ಏಕಾದಶಕಲಾಕ್ರಿಯಾರೂಪಾ

— ವಾಚಸ್ಪತ್ಯ

ಚಂದ್ರನು ಅನ್ನಕ್ಕೆ ಅಭಿಮಾನಿದೇವತೆ ('ಅನ್ನಾಭಿಮಾನೀ ಚಂದ್ರಸ್ತು ...'); ಎರಡು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಚಂದ್ರನು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಕಾರಣದಿಂದ ಪೂರ್ಣಪ್ರಭಾವಯುಕ್ತನಾಗದೇ ಇರುವದರಿಂ ಅಂದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೀಳುವ ಆಹಾರ ಹಾನಿಕರವಾಗುತ್ತದೆ; ರಜಾದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಪೋಸ್ಟ್‌ಬಾಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಾಕು ಪತ್ರಗಳು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿಯುವಂತೆ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿಂದ ಆಹಾರ ಜೀರ್ಣವಾಗದೆ ದೇಹ ಹೊರೆಯಾಗುತ್ತದೆ; ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಏಕಾದಶಿಯಂದೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ವಿಧಿ ತುಂಬಾ ಅರ್ಥವತ್ತಾಗುತ್ತದೆ; ಅಂದಿನ ಉಪವಾಸ ಆರೋಗ್ಯ ವರ್ಧನೆಯ ಪ್ರಮುಖಸಾಧನವೂ ಆಗುತ್ತದೆ; ಮತ್ತು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅಂದ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದೂ ಸಹ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುವದಿಲ್ಲ. ಉಳಿದ ದಿನಗಳಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದಕ್ಕಿಂ ಏಕಾದಶಿಯಂದು(ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮೀ-ಕೃಷ್ಣಜಯಂತಿ) ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದು ಸುಲಭ ಎಂಬದ ಅವುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವವರಿಗೆಲ್ಲ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುವ ವಿಷಯ ಎಂಬದು ಸಹ ಗಮನಾರ್ಹ.

ಇದರಂತೆ ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರಕ್ಕೂ, ಚಂದ್ರನಗತಿಗೂ ಸಂಬಂಧವುಂಟು. ಅದರಿಂದಾಗಿಯೆ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯ ಉಪವಾಸವೂ ಸಹ ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ.

ಏಕಾದಶೀ ಮತ್ತು ನವಗ್ರಹಗಳು

ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸವು ಶನಿಗ್ರಹದ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾ ಸಾಧನ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವನ್ನು ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು * ತಿಳಿಸಿರುವರು :

ಏಕಾದಶೀಸಮಂ ಕಿಂಚಿತ್ ಪಾಪತ್ರಾಣಂ ನ ವಿದ್ಯತೇ ।
ವ್ಯಾಜೇನಾಪಿ ಕೃತಾ ರಾಜನ್ ನ ದರ್ಶಯತಿ ಭಾಸ್ಕರಿಮ್ ॥

ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಗ್ರಹ ಎಂಬದು ಶನಿಯ ಖ್ಯಾತಿ. ಅದರ ಉಪಶಮನಕ್ಕೆಂದು ಬಗೆಬಗೆಯ ಜಪ, ಹೋಮಗಳನ್ನು ಜ್ಯೋತಿಃಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಧಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಇತರ ಎಲ್ಲ ಪರಿಹಾರಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಅತಿಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಪರಿಹಾರ ಎಂಬದು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ಸಾರ. ಇದರಿಂದ ರಾಹು ಮೊದಲಾದ ಇತರ ಗ್ರಹಗಳಿಂದಾಗುವ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದಿಂದ ಪರಿಹಾರಗೊಳ್ಳುವದು ಎಂಬ ಅಂಶವೂ ಸಿದ್ಧವಾಗುವದು.

ಏಕಾದಶೀ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ

ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವು ಪ್ರಾಚೀನಕಾಲದಿಂದಲೂ ಸಾರಿರುವ ಪ್ರಮುಖ ಆರೋಗ್ಯಸೂತ್ರವೆಂದರೆ **'ಲಂಘನಂ ಪರಮೌಷಧಮ್'** – ಉಪವಾಸವೇ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಔಷಧಿ. ಆಯುರ್ವೇದ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲಪ್ರಮುಖವೈದ್ಯಪದ್ಧತಿಗಳೂ ಉಪವಾಸದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಅಂಗೀಕರಿಸಿವೆ. ಆಧುನಿಕ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ವಾರ ಅಥವಾ ಎರಡು ವಾರಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಮಾಡುವ ಉಪವಾಸ ಆರೋಗ್ಯ-ಸಂರಕ್ಷಣೆಯ ಪರಮೋಪಾಯ ಎಂಬದನ್ನು ಒಪ್ಪಿದೆ. ದೇಹದ ಒಟ್ಟು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಕುರುಡು, ಕಿವುಡು ಮೊದಲಾದ ಇಂದ್ರಿಯದೋಷಗಳ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೂ ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಅಪಾರ ಎಂಬದು ಪ್ರಮುಖವೈದ್ಯರ ಸ್ಪಷ್ಟ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಪುರಾಣಗಳು ಇದನ್ನು ಎಂದೋ ಸಾರಿವೆ:

ಏಕಾದಶೇಂದ್ರಿಯೈಃ ಪಾಪಂ ಯತ್ ಕೃತಂ ಭವತಿ ಪ್ರಿಯೇ ।
ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸೇನ ತತ್ಸರ್ವಂ ವಿಲಯಂ ವ್ರಜೇತ್ ॥ – ಪದ್ಮಪುರಾಣ

ಬೇರಾವ ಔಷಧಿಗಳೂ ಹೊರಹಾಕಲಾಗದ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ವಿಷವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನಾಶಪಡಿಸುವ ವಿಶಿಷ್ಟಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಉಪವಾಸವ್ರತಕ್ಕೆ ಇದೆ. ಇತರ ಔಷಧಿಗಳ ಸಮರ್ಥ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಗೂ ಉಪವಾಸವ್ರತವು ನೀಡುವ ನೆರವು ಅಪಾರ. ರಕ್ತಶುದ್ಧಿಗಂತೂ ಉಪವಾಸ ರಾಮಬಾಣವೆಂದೇ ಪರಿಗಣಿತವಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಹೃದ್ರೋಗ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಮೊದಲಾದ ಭಯಂಕರ ರೋಗ-ಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವೇ ಒದಗದು. ರೋಗ ತರಿಸಿಕೊಂಡು ವಾಸಿ ಮಾಡುವದಕ್ಕಿಂತ, ಅದು ಬರದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸುವದು ಜಾಣತನವಷ್ಟೆ. ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹ ಉಪವಾಸವು ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಸಾಧನವೆಂದು ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ.

ಏಕಾದಶೀ ಹಾಗೂ ಚಿರಯೌವನ

ದೇಹಕ್ಕೊದಗುವ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಅನನ್ಯಸಾಧಾರಣವಾದ ಹಿರಿಮೆ ಈ ವ್ರತಕ್ಕಿದೆ. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಮುಖ್ಯ ತೊಂದರೆಯಾದ ಚರ್ಮ ಸುಕ್ಕುಗಟ್ಟುವದು, ಅಜೀರ್ಣ, ಹೃದಯ ದೌರ್ಬಲ್ಯ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ, ಸಿಹಿಮೂತ್ರ, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು, ಮರೆವು ಮೊದಲಾದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಉಪವಾಸವ್ರತವು ಅತ್ಯಂತಖಚಿತವಾದ ಪರಿಹಾರವಾಗಿದೆ.

ಆಧುನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳೂ ಸಹ ಉಪವಾಸವ್ರತದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿವೆ. ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯ, ಮನಸ್ಸಿನ ಉಲ್ಲಾಸ, ತಾತ್ತ್ವಿಕಪರಿಶುದ್ಧಿ, ನಿತ್ಯಯೌವನ ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನು ಉಪವಾಸವ್ರತದಿಂದ ಸಾಧಿಸಬಹದು ಎಂಬದನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ದೃಢಪಡಿಸಿವೆ. 'Fasting can save your life' (by Dr. Herbert M. Shelton, published by American natural hygiene soceity, Indian edition published Prakruti Jivana Kendra, Bangalore, 1984) ಎಂಬ ಸುಮಾರು ಮುನ್ನೂರು ಪುಟಗಳ ಪುಸ್ತಕ ಉಪವಾಸದ

ಬಹುಮುಖಿಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಸಾಧಾರವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಿದೆ. ಅದರಿಂದ ಸ್ಫುಟಪಡುವ ಕೆಲವು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಅನೇಕಗ್ರಂಥಗಳು ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಿವೆ. ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಅದರಲ್ಲಿಯ ಕೆಲವು ಮುಖ್ಯವಿಚಾರಗಳು ಹೀಗಿವೆ:

ಉಪವಾಸದ ಉದ್ದೇಶ

ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದರ ಉದ್ದೇಶ : ೧) ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಗಳಿಸುವದು; ಹಾಗೂ ೨) ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವದು.

ಉಪವಾಸ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಉಂಟಾಗುವದೆಂದು ಕೆಲವರ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ. ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಉಪವಾಸ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ ಎಂದು ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರ ವಾದ. ಅವೆರಡಕ್ಕೂ ಡಾ। ಡ್ಯೂವೇ ಎಂಬವರ ಮಾತು ಉತ್ತರವಾಗಿದೆ:

'ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಯು ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಾಗ, ಹಸಿವಿನಿಂದಾಗಿ ಸಾಯುವದು ಅವನ ರೋಗವೇ ಹೊರತು, ಆ ರೋಗಿಯಲ್ಲ'.

'ಒಂದು ಪಕ್ಷಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಣಿ ರೋಗಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದಾಗ, ತನ್ನಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾನೇ ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುತ್ತದೆ; ಎಂದರೆ ಉಪವಾಸವನ್ನಾಚರಿಸುತ್ತದೆ. ಯಾವದೇ ಔಷಧಿ ಅಥವಾ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಉಪವಾಸದಿಂದಲೇ ರೋಗಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ' ಎಂಬ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉಪವಾಸವೇ ಮದ್ದು ಎಂಬ ಮಾತನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಲೆಕ್ಕವಿಲ್ಲದಷ್ಟು ಔಷಧಿಗಳು ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದಲೂ ರೋಗ ಗುಣಮುಖವಾಗದೇ ಬೇಸತ್ತ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಉಪವಾಸವು ಎಂದೂ ವಿಫಲವಾಗದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಾಗಿದೆ. ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದುರ್ಬಲನೂ, ಮರಣೋನ್ಮುಖನೂ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಬೇರೆಲ್ಲ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೂ, ಔಷಧೋಪಚಾರಗಳನ್ನೂ ನಿಲ್ಲಿಸಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಅವನ ರೋಗ ಮಾಯವಾಗುವದರ ಜೊತೆಗೆ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೊಸ ಚೈತನ್ಯವನ್ನೂ ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಕಿವುಡುತನ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ; ಹೊಸ ಕಾಂತಿಯಿಂದ ಕಣ್ಣುಗಳು ಹೊಳೆಯುತ್ತವೆ; ಮೂಗು ಹಾಗೂ ನಾಲಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಹಜಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ; ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯುವಿನಿಂದಾಗಿ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯವಾದ ಅಂಗ ಕ್ರಮೇಣ ಸಕ್ರಿಯವಾಗುತ್ತದೆ; ಕಳೆದುಹೋದ ಜೀರ್ಣಶಕ್ತಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಮೇಲಿನ ಸುಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಮರೆಯಾಗಿಸುವ ಮೂಲಕ ದೇಹಕ್ಕೆ ಹೊಸ ಆಕರ್ಷಣೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧರಕ್ತದ ಪ್ರವಹದಿಂದಾಗಿ ದೇಹವು ಹೊಳೆಯುವ ವರ್ಣವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೃದಯ ಹಾಗೂ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲವಾಗುತ್ತವೆ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹದ ಮೇಲಾಗುವ ಸತ್ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮೊದಲಿಗೆ ಅನುಪಯುಕ್ತ ಹಾಗೂ ವಿಷಪೂರಿತ ಬಾಹ್ಯ ಪದಾರ್ಥಗಳನು ನಮ್ಮ ದೇಹವು ಸುಟುಹಾಕುತದೆ. ಅದೇ ಸಮಯದಲಿ

ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಗೂ ಕೊಬ್ಬಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕರಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಕೊಬ್ಬು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕರಗಿದ ಮೇಲೂ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸಿದರೆ, ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿಯಾದ ಕೋಶಗಳು ಹಾಗೂ ತಂತುಗಳು ಬಿಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳಿಂದ ದೇಹವು ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ಪಡೆದು-ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

****

ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮಾಡಿದ ಉಪವಾಸದಿಂದಾಗಿ ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತಲೂ ಇರದ ಹೆಚ್ಚಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಅನುಭವ ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಿರುವದು ಅನೇಕ ಪ್ರಸಂಗ-ಗಳಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಎರಡು ಮುಖ್ಯಕಾರಣಗಳಿವೆ : ಆಹಾರಸೇವನೆಯನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವದರಿಂದ ದೇಹವು ತನ್ನಲ್ಲಿರುವ ವಿಷಪೂರಿತ ಬಾಹ್ಯವಸ್ತುಗಳನ್ನು ದಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಮೂಲಕ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯನ್ನು ತಾನೇ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ದೇಹವು ಶುದ್ಧವಾಗಿ, ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲಾಸ, ಚೈತನ್ಯ ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ; ಇದು ಮೊದಲನೆಯ ಕಾರಣ. ಎರಡನೆಯ-ದಾಗಿ ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಶಾಂತಚಿತ್ತನೂ, ದೃಢಮನಸ್ಕನೂ ಆಗುತ್ತಾನೆ. ಬಲ ಹಾಗೂ ದೌರ್ಬಲ್ಯ ಎರಡಕ್ಕೂ ಮನಸ್ಸೇ ಕಾರಣ ಎಂಬದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ.

****

ವಿಷಪೂರಿತ ಹಾಗೂ ಪರಕೀಯ ಪದಾರ್ಥಗಳು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಒಂದೆಡೆ ಸೇರುವದರಿಂದ ಅಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಆಲಸ್ಯಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಉಪವಾಸವು ಈ ಎಲ್ಲ ಅನುಪಯುಕ್ತ ವಿಷಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಹಾಕುವದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಅಧಿಕಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ನವಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ.

ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಅಂಶಗಳು

ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೆಲವು ಮಾನಸಿಕ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವದ-ರಿಂದ ಅಧಿಕ ಹಾಗೂ ಕ್ಷಿಪ್ರ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಪಡೆಯಬಲ್ಲ :

ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಎಲ್ಲರಿಂದ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿರುವದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಶಬ್ದಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರಯೋಜನದ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವ ಅರಿವೂ ಇಲ್ಲದ ಜನರ ಒಡನಾಟವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಅಂತಹ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮಾತುಗಳು ಉಪವಾಸದ ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಕೆಡಿಸಬಹದು ಹಾಗೂ ಉಪವಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಭಯವನ್ನೂ ಹುಟ್ಟಿಸಬಹದು.

ಆಹಾರ ಹಾಗೂ ಅದರ ವಾಸನೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ದೂರವಿರಿಸುವದು ಅಗತ್ಯ. ಆಹಾರದ ಬಗೆಗಿನ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೂರ ಒಯ್ಯಬೇಕು; ಅಡಿಗೆಮನೆಯನ್ನು ಮರೆಯಬೇಕು; ಆಹಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಏನನ್ನೂ ಮಾತನಾಡಬಾರದು.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹವು ಬಳಲದು

ಒಂದು ದಿನದ ಉಪವಾಸ ಯಾವ ತೊಂದರೆಯನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡದು. ಮೂರು ದಿನಗಳ ಉಪವಾಸದಿಂದಲೂ ಯಾವದೇ ಸಮಸ್ಯೆ ಉದ್ಭವಿಸದು. ಮನಸ್ಸು ಮಾತ್ರವೇ ಆಹಾರಕ್ಕಾಗಿ

ಹಾತೊರೆಯುತ್ತದೆ. ಉಪವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಆಹಾರದ'ಚಿಂತನೆ ನಡೆಸಿದರೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಖಿನ್ನನೂ, ಸೋಮಾರಿಯೂ ಆಗುವನು. ಮಾನಸಿಕಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬಲಹೀನತೆಗೂ ಗುರಿಯಾಗುವನು. ಸೂಕ್ತ ಪೂರ್ವಸಿದ್ಧತೆಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಉಪವಾಸ-ದಿಂದಾಗಿ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಹೆಚ್ಚು ಸಬಲನಾಗಿ ತೋರುವನೇ ಹೊರತು ದುರ್ಬಲನಾಗಿ ಅಲ್ಲ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ದೇಹ ಹಗುರವಾದ ಅನುಭವವೂ ಉಂಟಾಗುವದು. ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ದಿನಕ್ಕಷ್ಟೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಆಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಆಗುವ ಪರಿಣಾಮ

ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಅನುಭವವುಳ್ಳವರ ಪ್ರಕಾರ ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳು ನೇರ ಹಾಗೂ ಶುದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಪೂರ್ಣಶಾಂತಿ ಹಾಗೂ ಆನಂದ-ವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆನಂದದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

'ದಿ ಫಿಲಾಸಫಿ ಆಫ್ ಫಾಸ್ಟಿಂಗ್' ಎಂಬ ಕೃತಿಯ ಲೇಖಕರಾದ ಡಾ. ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಪ್ಯೂರಿಂಗ್ಟನ್ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಶಾರೀರಿಕಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಚಿಕಿತ್ಸಾವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಪಡೆಯಬಹದು; ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಮಿಗಿಲಾದ ಪರ್ಯಾಯವಿಲ್ಲ. ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ-ದಂತೆ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಬಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕಚಂಚಲತೆಯಿಂದ ದೂರಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಹತೋಟಿಯಿಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಃಶಾಂತಿ, ಮನಃಸ್ಥೈರ್ಯ, ಧೈರ್ಯ ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಉಪವಾಸದಿಂದ ಪಡೆಯಬಹದಾಗಿದೆ. ಆ ಮೊದಲು ಸುಪ್ತವಾಗಿದ್ದ ಸ್ವಭಾವಿಕಗುಣಗಳು ಉಪವಾಸದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವವನು ನೈತಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಉನ್ನತಕ್ಕೇರುವನು.

****

ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಕೊನೆಗೊಳಿಸಿ, ಅನಂತರ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವಾಗಲೂ ನಿಷಿದ್ಧ ಆಹಾರಗಳ ಕಡೆಗೆ ಯಾವದೇ ಒಲವನ್ನು ತೋರಿಸಲಾರ. ಆತನ ಜೀವನ-ಶೈಲಿಯೇ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಉನ್ನತ ಆದರ್ಶದ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸುವನು.

ಅಲ್ಪಾಹಾರಕ್ಕಿಂತ ನಿರಾಹಾರ ಒಳಿತು

ಸಂಪೂರ್ಣ ತಿನ್ನದೇ ಇರುವದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಹೆಚ್ಚು ಕಷ್ಟಕರ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹದ ತೂಕ ಇಳಿಯುವದು

ದೇಹದ ತೂಕ ಇಳಿಸಲು ನಿಯಂತ್ರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಗಿಂತ ಸಂಪೂರ್ಣ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದು ಶೀಘ್ರ ಹಾಗೂ ನಿಶ್ಚಿತ ಫಲ ನೀಡುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ತೂಕ ಇಳಿಸಲು ಉಪವಾಸದ ವಿಧಾನವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದ್ದೇ ಆದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಲಾಭಗಳಿವೆ:

೧) ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಯಾವದೇ ಹಾನಿಯೂ ಆಗದಂತೆ ತೂಕವನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತದೆ.

೨) ನಿಯಂತ್ರಿತ ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದಕ್ಕಿಂತ, ಉಪವಾಸವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಆನಂದ-ವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಹಸಿವಿನ ಅನುಭವವಾಗುವದಿಲ್ಲ.

೩) ಉಪವಾಸದಿಂದ ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಮೇಲೆ ಯಾವದೇ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತಪರಿಣಾಮ ಉಂಟಾಗುವದಿಲ್ಲ. ಚರ್ಮವು ತನ್ನ ಮೃದುತ್ವವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವದಿಲ್ಲ.

ದೇಹವು ತನ್ನ ತೂಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಆರೋಗ್ಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ:

೧) ಉಸಿರಾಟಕ್ರಿಯೆಯು ಹಿಂದೆಂದಿಗಿಂತಲೂ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ.

೨) ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳೂ ಸಹಜ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆ.

೩) ದೇಹಕ್ಕೆ ನವಚೈತನ್ಯದ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.

೪) ಆಲಸ್ಯ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

೫) ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವದೇ ನೋವು ಇರುವದಿಲ್ಲ.

೬) ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ ಇಳಿಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ; ಹೃದಯವು ಇನ್ನೂ ದಕ್ಷತೆಯಿಂದ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವದು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ.

೭) ದೇಹದ ತೂಕ ಇಳಿದಾಗ, ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಆನಂದ ಹಾಗೂ ಸಂತೃಪ್ತಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ.

ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಉಪವಾಸದಲ್ಲಿ ದೇಹವು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಮುಕ್ಕಾಲು ಕೇಜಿಯಿಂದ ಒಂದು ಕೇಜಿ ತೂಕವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಅಂತಿಮವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸಲು ಉಪವಾಸಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮ ಪರ್ಯಾಯಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ. ಉಪವಾಸವು ಬೊಜ್ಜು ಮತ್ತು ತೂಕವನ್ನು ಕರಗಿಸುವದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ದೇಹವನ್ನು ಶುದ್ಧಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಮೂಲಕ ದೇಹಕ್ಕೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೂ ತಂದುಕೊಡುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ತೂಕ ಕಡಿಮೆಯಾದ ಮೇಲೂ ಆಹಾರಸೇವನೆಯ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವದರ ಜೊತೆಗೆ ಮಿತಿಮೀರಿ ತಿನ್ನದಿರುವದೂ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿ

ಅನೇಕ ಪುರುಷರ ಹಾಗೂ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಅನುಭವದಂತೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿಯ ಉಪವಾಸವು ಬಲವನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸಿಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸಿದೆ.

ಉಪವಾಸದ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವರು. ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ವಿಜಯಿಗಳಾಗಿರುವರು; ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರು

ಭಾರ ಎತ್ತುವ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದಾಖಲೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವರು. ಉಪವಾಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಯಾವದೇ ಆಲಸ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಬಹುಕಾಲ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಚಟುವಟಿಕೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿರುವರು.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಯೌವನ

ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುವದನ್ನು ಉಪವಾಸದಿಂದ ತಡೆಯಬಹದಾಗಿದೆ. ಅಂತಹ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ದೋಷಗಳನ್ನು ಉಪವಾಸದಿಂದ ಪರಿಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹದು. ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಿಧಾನಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮೃತ್ಯುವಿನ ಸಂಭವವನ್ನೂ ಮುಂದೂಡಬಹದು. ಉಪವಾಸದಿಂದ ನಮ್ಮ ದೇಹ ಮರುಯೌವನವನ್ನು ಪಡೆಯುವದು; ಇದು ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಲ್ಲ.

ಉಪವಾಸದಿಂದಾಗಿ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸತಾದ ಹಾಗೂ ಶುದ್ಧವಾದ ರಕ್ತ ಪ್ರವಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಚೈತನ್ಯ ಹಾಗೂ ಯೌವನ ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಗವೂ ನವಚೈತನ್ಯ ಹಾಗೂ ಬಲವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ. ಸುಪ್ತವಾಗಿದ್ದ ತೇಜಸ್ಸು ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆಲಸ್ಯ ಹಾಗೂ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆ ಮರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ದಿವ್ಯಶಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸು ಉಲ್ಲಾಸದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವೆಲ್ಲ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಯೌವನದ ಲಕ್ಷಣಗಳು.

****

ಈ ಮಾತುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಕುರಿತಾದವುಗಳಾದರೂ, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಏಕಾ-ದಶ್ಯುಪವಾಸಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅನ್ವಯಿಸುವವು ಎಂಬದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಏಕಾದಶಿಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆ ಇರದವರು ಉಪವಾಸದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನಷ್ಟೆ ಹೇಳುವದುಂಟು. ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಆಧುನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳೂ ಗಮನಿಸದ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಿದ್ಧಿಗೆ ಪ್ರಮುಖಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಎಂಬದು ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರ ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವಕೃತಿಯಿಂದ ಸ್ಫುಟಪಡುವದು. ಆರೋಗ್ಯ, ಆಯುಷ್ಯ-ಗಳ ವೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಹಗ್ರತಿಗಳ ದೋಷವನ್ನೂ ಪರಿಹರಿಸುವದು ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಹಿರಿಮೆ. ಇಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹಕ್ಕಂತೂ ಇದರ ಉಪಕಾರ ಅಪಾರ. ಮನುಷ್ಯನ ಭೋಗಲಾಲಸೆಯನ್ನು ಹತ್ತಿಕ್ಕಿ, ತ್ಯಾಗಪ್ರಪಂಚದ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಇದು ದಾರಿದೀಪ. ಯೋಗಸಾಧನೆಗಂತೂ ಇದರ ಹೊರತು ಬೇರೊಂದು ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ಭಗವಂತನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ವಿಶೇಷಾನುಗ್ರಹ-ವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿ ಕೊಡುವ ವಿಶಿಷ್ಟವ್ರತ ಎಂಬದು ಇದರ ಅನನ್ಯಸಾಧಾರಣವಾದ ಮಹತ್ತ್ವ ಎಂಬ ತಾತ್ತ್ವಿಕಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಹಿರಿಮೆ ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರದು.

ಕೆಲವು ವ್ರತಗಳನ್ನು ವಿಶೇಷಜ್ಞಾನಕಾರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಲೋಪಗೊಳಿಸುವ ಅಥವಾ ಸಂಕೋಚ ಪಡಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿದೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕ, ಭೀಷ್ಮಪಂಚಕದಂತಹ ವ್ರತಗಳು ಶ್ರೇಷ್ಠವ್ರತಗಳೇ ಆದರೂ, ಅವುಗಳ ಅನುಷ್ಠಾನ ಅಗತ್ಯವಾದ ದೇಹದಾರ್ಢ್ಯವಿದ್ದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ; ಇತರರಿಗಲ್ಲ. ದೇಹದಾರ್ಢ್ಯವಿದ್ದವರೂ ಸಹ ಅವುಗಳನ್ನು ತೊರೆಯುವದರಿಂದ ಪಾಠಪ್ರವಚನಾದಿ ಜ್ಞಾನಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅವುಗಳಿಂದ ವಿನಾಯಿತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಹಾಗಲ್ಲ. ಇದು ಸಕಲಸಾಧನೆಗಳಿಗೂ ಮೂಲಭೂತವಾದ ವ್ರತವಾದ್ದರಿಂದ ಯಾವದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಇದರ ಲೋಪಕ್ಕೆ ಸರ್ವಥಾ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ. ಜ್ಞಾನ-

ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಒದಗಿಸುವ ಮೂಲಭೂತವಾದ ವ್ರತವಾಗಿರುವದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಭಜನೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣಗಳಿಗೋಸ್ಕರ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರಿಗೂ ಇದೇ ಉತ್ತರ. ಭಜನೆಗೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಲಿ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವನ್ನು ತೊರೆಯುವದಕ್ಕಿಂತ, ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲವಾಗಲಿ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಭಜನೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಸಂಕೋಚಗೊಳಿಸುವದೇ ವಿಹಿತ. ಮಾನಸಿಕವಾದ ಭಜನೆಗಂತೂ ಉಪವಾಸ ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲೂ ಅಡ್ಡಿಯಾಗದು.

ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಹಸಿವನ್ನು ಕೆರಳಿಸುವದರಿಂದ ಸಾಧನೆಗೆ ವಿಘ್ನ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಭಾವಿಸುವ ಸಂಭವವಿದೆ; ಅದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಭಂಗ ಉಂಟುಮಾಡುವದು 'ಅಂದು ಉಪವಾಸವಿರಬೇಕಲ್ಲ!' ಎಂಬ ಮಾನಸಿಕಚಿಂತೆಯೇ ಹೊರತು, ಉಪವಾಸನಿಮಿತ್ತದ ಅಶಕ್ತಿಯಲ್ಲ. ಅದು ವಿಶೇಷಪುಣ್ಯದಾಯಕ, ಸಕಲಪಾಪಪರಿಹಾರಕ ಎಂಬ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇದ್ದವರಿಗೆ ಉಪವಾಸದ ಚಿಂತೆ ಸರ್ವಥಾ ಉಂಟಾಗದು. ಇದನ್ನು ಕೆಲವು ಏಕಾದಶಿಗಳ ಉಪವಾಸ ಆಚರಣೆಯಿಂದ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ತಂದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ವೈಜ್ಞಾನಿಕಸಂಶೋಧನೆಗಳೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಇತರ ದಿನಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮರ್ಥರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬದನ್ನು ರುಜುವಾತು ಪಡಿಸಿದೆ. ಅಂದಿನ ದಿನ ಮನಸ್ಸು ನವೋಲ್ಲಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವದರೊಂದಿಗೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಚೈತನ್ಯ ಮೂಡುವದೂ ಸಹ ಅನುಭವಸಿದ್ಧವಾದ ವಿಚಾರ.

ಪೂರ್ಣ ಉಪವಾಸಕ್ಕಿಂತ ಲಘು ಉಪಹಾರ ಅಥವಾ ದ್ರವಾಹಾರಗಳಿಂದ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದು ಸುಖಕರ ಎಂಬ ಕೆಲವರ ಭಾವನೆಯೂ ಸಹ ಸರಿಯಾದುದಲ್ಲ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಹ ಅಲ್ಪಾಹಾರದ ಉಪವಾಸಕ್ಕಿಂತ ನಿರಾಹಾರದ ಉಪವಾಸವೇ ಮನಸ್ಸಿಗೂ ದೇಹಕ್ಕೂ ಹಿತಕರ ಎಂಬದು ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುವ ವಿಚಾರ. ಲಘೂಪಹಾರದ ಎಷ್ಟೋ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಅಜೀರ್ಣಾದಿಗಳಿಂದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಹೊಂದಿದ ಅನೇಕ ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಉಂಟು.

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉಪವಾಸ ಅಶಕ್ಯ ಎಂಬ ವಾದದಲ್ಲೂ ಹುರುಳಿಲ್ಲ. ಒಂದು ದಿನದ ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ಯಾವದೇ ಹಾನಿಯೂ ಉಂಟಾಗದು ಎಂಬದು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರದ ತತ್ತ್ವ. ಆಗಾಗ್ಗೆ ನಡೆಯುವ ಭೂಕಂಪ, ಸುನಾಮಿ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಕೃತಿಕವಿಪತ್ತುಗಳ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಕಟ್ಟಡಗಳ ಕೆಳಗೆ ಸಿಕ್ಕಿಬಿದ್ದ ಅನೇಕರು ಬಹುದಿನಗಳವರೆಗೂ ಆಹಾರವಿಲ್ಲದೆಯೂ ಜೀವಂತವಾಗಿ ಉಳಿದಿರುವ ಅನೇಕ ನಿದರ್ಶನಗಳು ದಾಖಲಾಗಿವೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಪಾಕಿಸ್ತಾನದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದ ಭಯಂಕರ ಭೂಕಂಪದಲ್ಲಿ ಆರು ದಿನಗಳ ಅನಂತರ ಅವಶೇಷಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಹದಿನೆಂಟು ತಿಂಗಳ ಪುಟ್ಟ ಮಗು ಜೀವಂತವಾಗಿ ಉಳಿದಿದ್ದ ನಿದರ್ಶನ ವರದಿಯಾಗಿದೆ; ಅದರಂತೆ ತೊಂಭತ್ತೆರಡು ವರ್ಷದ ವೃದ್ಧೆಯೊಬ್ಬಳು ಹದಿನೈದು ದಿವಸಗಳ ಅನಂತರವೂ ಅವಶೇಷಗಳ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಬದುಕುಳಿದ ನಿದರ್ಶನ ಸಹ. ಇದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಮುದುಕರಿಗೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಹಾನಿಯಿಲ್ಲ ಎಂಬದಕ್ಕೆ ನಿದರ್ಶನ. ಏಕಾದಶಿಯಂತೂ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ದಿನದ ಉಪವಾಸವ್ರತ ಮಾತ್ರ; ಅಪರೂಪ-ಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ಬಾರಿ ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳು ಒದಗಬಹುದಷ್ಟೆ. ಒಂದೆರಡು ದಿನದ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಯಾವದೇ ರೀತಿಯ ಹಾನಿಯಾಗುವ ಸಂಭವವೂ ಇಲ್ಲ ಎಂಬದನ್ನು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ಸಾರಿದೆ.

ಏಕಾದಶಿಯ ಪೂರ್ವಭಾವಿ ಸಿದ್ಧತೆ ಮತ್ತೊಂದು ಗೊಂದಲದ ಪ್ರಸಂಗ. ಅನೇಕರು ಉಪವಾಸ ಸುಗಮವಾಗಲಿ ಎಂದು ದಶಮಿಯಂದು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ರಾತ್ರಿಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬಗೆಬಗೆಯ ವಿಶೇಷ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವದುಂಟು. ಇದನ್ನು ತತ್ತ್ವಶಾಸ್ತ್ರವಾಗಲಿ, ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವಾಗಲಿ ಒಪ್ಪುವದಿಲ್ಲ. ಇತರ ದಿನಗಳಂತೆ ದಶಮಿಯಂದೂ ದಿನನಿತ್ಯದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಉಚಿತ. ಇನ್ನೂ ಕಡಿಮೆ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಮತ್ತೂ ಶ್ರೇಷ್ಠ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಮಸ್ಯೆಗೊಳಗಾಗುವವರು ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರೇ ಹೊರತು ಮಿತಾಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವಲ್ಲ. ಪ್ರಾರಂಭದ ಹಂತದ ಜನ ದಶಮಿಯಂದು ರಾತ್ರಿ ಹಣ್ಣುಹಂಪಲನ್ನು, ಹಾಲು ಅಥವಾ ಹಣ್ಣಿನ ರಸಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಉಚಿತ.

ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಪಾರಣೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಮತ್ತೊಂದು ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಗ. ದ್ವಾದಶಿ ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಪಾರಣೆ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದದು; ಅದರಂತೆ ಅಂದು ಮೃದು ಆಹಾರವನ್ನು ಲಘು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಸಹ. ಉಪವಾಸಮುಷ್ಕರವನ್ನು ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡುವವರೂ ಸಹ ಆಗ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಹಣ್ಣಿನ ರಸ ಇತ್ಯಾದಿ ಮೃದು ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಎಂಬದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಕೆಲವರು 'ನಾಳೆ ಏಕಾದಶೀ' ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ದಶಮಿಯಂದು ಮಿತಿಮೀರಿ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದರೆ ಮತ್ತೆ ಕೆಲವರು 'ನಿನ್ನೆ ಏಕಾದಶಿಯಾಗಿತ್ತು' ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವದುಂಟು. ಇದು ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಗೊಳಿಸುವ ದುರಭ್ಯಾಸ ಎನ್ನದೆ ವಿಧಿಯಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಕೃತಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಉಪವಾಸ ಶಬ್ದದ ಅರ್ಥ, ಉಪವಾಸದ ಹಿರಿಮೆ, ದಿನತ್ರಯ ನಿಯಮಗಳು, ಸಂಕಲ್ಪಪ್ರಕಾರ, ಪಾರಣವಿಧಿ, ಅಶಕ್ತರಿಗೆ ವಿಹಿತವಾದ ಉಪವಾಸದ ರೀತಿ ಮೊದಲಾದ ವಿವರಗಳನ್ನು ಆಕರಗ್ರಂಥಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.

ಸುಮಾರು ೧೯೭೮ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲಬಾರಿಗೆ 'ಏಕಾದಶೀಮಹಿಮೆ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಐತರೇಯ ಪ್ರಕಾಶನವು ಹೊರತಂದಿತ್ತು. ಅದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಾಶನದ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಪ್ರಕಾಶನವು ಆಗಿತ್ತು ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ. ಅನಂತರ ಎರಡು ಬಾರಿ ಪುನರ್ಮುದ್ರಣಗೊಂಡಿತ್ತು. ಮುಂದೆ 'ಸದಾಚಾರವಿನೋದ ಭಾಗ - ೧' ರಲ್ಲಿ ಅದು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿತು. ಇದೀಗ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ 'ಏಕಾದಶೀವ್ರತ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಅನೇಕ ಮಹತ್ತ್ವಪೂರ್ಣವಾದ ವಿಶೇಷಾಂಶಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಕಟವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಇದರ ಕರಡು ತಿದ್ದಿದವರು ಚಿ। ಶ್ರೀನಿಧಿ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಪುತ್ರ ಚಿ। ಜಯಂತ. ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ವಿಶೇಷ ಆಶೀರ್ವಾದಗಳು. ಬೆಂಗಳೂರಿನ 'ವಾಗರ್ಥ' ಇದನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಮುದ್ರಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದೆ; ಇದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಾಶನವು ಕೃತಜ್ಞ.

ಬೆಂಗಳೂರು — ಡಾ॥ ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ

೯-೧೦-೨೦೦೫ (ಆಶ್ವಿನ ಶುಕ್ಲ ಷಷ್ಠೀ)

|| ಶ್ರೀಃ ||

ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತ

ಉಪವಾಸಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾದ ತಪಸ್ಸಿಲ್ಲ

೧. **ಅಹಿಂಸಾ ಸತ್ಯವಚನಂ ದಾನಮಿಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹಃ ।**
ಏತೇಭ್ಯೋ ಹಿ ಮಹಾರಾಜ ತಪೋ ನಾನಶನಾತ್ ಪರಮ್ ॥

– ಮಹಾಭಾರತ (ಶಾಂತಿ. ೧೬೧/೮)

ಅ: ಅಹಿಂಸೆ, ಸತ್ಯವಚನ, ದಾನ, ಇಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಉಪವಾಸ ಮಿಗಿಲು; ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹಿರಿದಾದ ಬೇರೊಂದು ತಪಸ್ಸಿಲ್ಲ.

ವಿ: ಅಹಿಂಸೆ ಮೊದಲಾದ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಧನೆಗಳಿಗಿಂತ ಉಪವಾಸವ್ರತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದು. ಅಹಿಂಸೆ ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಹ ಉಪವಾಸವ್ರತ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬದು ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷ.

ಉಪವಾಸದಿಂದ ಸಕಲಪುರುಷಾರ್ಥ ಸಿದ್ಧಿ

೨. **ಇಂದ್ರಿಯಾಣೀಹ ರಕ್ಷಂತಿ ಸ್ವರ್ಗಧರ್ಮಾಭಿಗುಪ್ತಯೇ ।**
ತಸ್ಮಾದರ್ಥೇ ಚ ಧರ್ಮೇ ಚ ತಪೋ ನಾನಶನಾತ್ ಪರಮ್ ॥

– ಮಹಾಭಾರತ (ಶಾಂತಿ. ೧೬೧/೧೦)

ಅ: ಸ್ವರ್ಗ ಧರ್ಮಗಳ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅರ್ಥ, ಕಾಮಗಳ ಸಾಧನೆಗಾಗಿ ಉಪವಾಸಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾದ ತಪಸ್ಸಿಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಉಪವಾಸದಿಂದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ರಕ್ಷಣೆ; ಸಮರ್ಥ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಧರ್ಮಾದಿಗಳ ಸಾಧನೆ, ಆ ಮೂಲಕ ಸ್ವರ್ಗಪ್ರಾಪ್ತಿ. ಹೀಗೆ ಉಪವಾಸವು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಪುರುಷಾರ್ಥಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇಂತಹ ಉಪವಾಸವ್ರತವು ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕ, ಭೀಷ್ಮಪಂಚಕ ಮೊದಲಾಗಿ ಅನೇಕ ಬಗೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲ ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಅಗ್ರಸ್ಥಾನ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ.

೩) ಏಕಭುಕ್ತ (ಒಂದು ಹೊತ್ತು ಆಹಾರವನ್ನು ಬಿಡುವದು), ದ್ರವಾಹಾರ (ಕೇವಲ ದ್ರವಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವದು), ಫಲಾಹಾರ (ಕೇವಲ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವದು), ವಿಹಿತಾಹಾರ (ಕೇವಲ ವಿಹಿತಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನುವದು), ಮಿತಾಹಾರ (ವಿಹಿತಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ಮಿತವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ತಿನ್ನುವದು), ನಿರಾಹಾರ (ದ್ರವ, ಘನ ಮೊದಲಾಗಿ ಯಾವದೇ ಆಹಾರವನ್ನೂ

ತಿನ್ನದಿರುವದು) – ಹೀಗೆ ಉಪವಾಸವು ಅನೇಕಬಗೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲ ನಿರಾಹಾರವೇ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದು. ಅಂತಹ ನಿರಾಹಾರವ್ರತದಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶಿಯು ಅತ್ಯಂತಶ್ರೇಷ್ಠವಾದದು.

ಏಕಾದಶಿಯು ಸಕಲತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳಿಗಿಂತ ಮಿಗಿಲು

೩. **ನ ಕಾಶೀ ನ ಗಯಾ ಗಂಗಾ ನ ರೇವಾ ನ ಚ ಗೌತಮೀ[೧] ।**
ನ ಚಾಪಿ ಕೌರವಂ ಕ್ಷೇತ್ರಂ ತುಲ್ಯಂ ಭೂಪ ಹರೇರ್ದಿನಾತ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (೧೭೧).

ಅ: ಕಾಶಿಯಾಗಲೀ, ಗಯೆಯಾಗಲೀ, ಗಂಗೆಯಾಗಲೀ, ನರ್ಮದೆಯಾಗಲೀ, ಗೋದಾವರಿಯಾಗಲೀ, ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರವೇ ಆಗಲಿ ಹರಿದಿನಕ್ಕೆ ಸಮ ಎನ್ನಿಸವು.

ವಿ: ೧) ಕಾಶೀ ಮೊದಲಾದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಪುಣ್ಯಕರವಾದ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ಅದರಂತೆ ಗಂಗೆ,ಗೋದಾವರಿ ಮೊದಲಾದ ನದಿಗಳೂ ಸಹ ಪುಣ್ಯತೀರ್ಥಗಳು. ಕುರುಕ್ಷೇತ್ರವಂತೂ ಧರ್ಮಕ್ಷೇತ್ರವೆಂದೇ ಪ್ರಸಿದ್ಧ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಈ ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರ, ತೀರ್ಥಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಮಿಗಿಲಾದ ಪುಣ್ಯವನ್ನು ನೀಡುವ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಮಹಾವ್ರತ ಎಂದರ್ಥ:

ಹಲವು ಪುರಾಣಗಳೋದಿ ಶಾಸ್ತ್ರಂಗಳ ತಿಳಿದು ಕೇಳಿದರೇನು ।
ಹಲವು ಪುಣ್ಯತೀರ್ಥ ನದನದಿಗಳಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದರೇನು ॥
ಹಲವು ವ್ರತಂಗಳಾಚರಿಸಿ ದಾನಂಗಳ ತಿಳಿದು ಮಾಡಿದರೇನು ।
ಹಲವು ದೈವಗಳೊಡೆಯ ಪುರಂದರವಿಠಲನ ಒಲುಮೆಯ ವ್ರತಕೆ ಸರಿಯೆನ್ನಬಹುದೆ ॥

– ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

೨) ಇಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಹರಿದಿನ ಎಂದು ಕರೆದಿರುವದು ಗಮನಾರ್ಹ. ಹರಿ ಎಂಬ ನಾಮವು ಸಂಕರ್ಷಣಾದಿ ದ್ವಾದಶನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಹನ್ನೊಂದನೆಯದು ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ. ಹೀಗೆ ಹನ್ನೊಂದನೆಯ ರೂಪವನ್ನು ಅಧಿದೇವತೆಯನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ಹರಿದಿನ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಏಕಾದಶಿಗೆ ಸಾರ್ಥಕ ಎಂದಾಗುವದು.

೩.) ಹರಿದಿನ ಎಂಬಂತೆ ಶಿವರಾತ್ರಿ ಎಂಬ ಪದ ಇದೆ. ಹರಿಯದು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲ, ಶಿವನದು ದಿನವಲ್ಲ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ. ದಿನ ಎಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ಎಂದೂ ರಾತ್ರಿ ಎಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನ ಎಂದೂ ಅರ್ಥ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವನ್ನು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತತಾತ್ಪರ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿಸಿರುವರು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ 'ಯಾ ನಿಶಾ ಸರ್ವಭೂತಾನಾಂ ತಸ್ಯಾಂ ಜಾಗ್ರತಿ ಸಂಯಮೀ । ಯಸ್ಯಾಂ ಜಾಗ್ರತಿ ಭೂತಾನಿ ಸಾ ನಿಶಾ ಪಶ್ಯತೋ ಮುನೇಃ' ಎಂಬ ಮಾತಿನಲ್ಲೂ ಹಗಲು ರಾತ್ರಿಗಳೆಂಬ ಪದಗಳು ಜ್ಞಾನ ಅಜ್ಞಾನಗಳ ಸಂಕೇತವಾಗಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿವೆ.

---

* ಪದ್ಮಪುರಾಣ ಉತ್ತರಖಂಡ ಅ. ೬೦, ಶ್ಲೋ. ೧೭

೧. ಗೋದಾವರೀ- ಗೌತಮೇನ ಸಮಾನೀತಾ ಗೌತಮೀ ತೇನ ಕೀರ್ತಿತಾ ।

– ಪದ್ಮಪುರಾಣ ಉತ್ತರಖಂಡ(೨೬೭/೫೪)

ರುದ್ರೋಽಪಿ ಸರ್ವದೇವಾನಾಮಾತ್ಮನಃ ಸರ್ವದೇಹಿನಾಮ್ ।
ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸಂ ಚ ಕರ್ತವ್ಯತ್ವೇನ ಶಂಸತಿ ॥ – ವಿಷುತೀರ್ಥೀಯ (೩/೧೮೪)

೪) ಹರಿಗೆ ಸದಾ ದಿನ ಎಂದರೆ ಸದಾ ಜ್ಞಾನವೇ ಹೊರತು ಅಜ್ಞಾನಾದಿ ದೋಷಗಳು ಸರ್ವಥಾ ಇಲ್ಲ; ಶಿವನಿಗೆ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ರಾತ್ರಿ ಎಂದರೆ ಅಜ್ಞಾನಾದಿ ದೋಷಗಳ ಪ್ರಸಕ್ತಿ ಉಂಟು ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಇದರಿಂದ ಸೂಚಿತ; ಭಸ್ಮಾಸುರನ ಪ್ರಸಂಗ ಮೊದಲಾದವುಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ನಿದರ್ಶನ.

೫) ಹರಿದಿನವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಹರಿಭಕ್ತರಿಗೆ ದಿನದಿನವೂ ಸಹ ಜ್ಞಾನವು ಲಭಿಸುವದು. ಶಿವನನ್ನು ಸರ್ವೋತ್ತಮನೆಂದು ಆರಾಧಿಸುವವರಿಗೆ ರಾವಣಾದಿಗಳಿಗೆ ಒದಗಿದಂತೆ ರಾತ್ರಿಯಂತಹ ಅಜ್ಞಾನಾದಿ ದೋಷಗಳೇ ಒದಗುವವು ಎಂಬ ಸೂಚನೆಯನ್ನು ಹರಿದಿನ ಶಿವರಾತ್ರಿ ಎಂಬ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು; ಶಿವನನ್ನು ಮನೋನಿಯಾಮಕನೆಂದು ಆರಾಧಿಸುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸದ್ವಿದ್ಯಾಪ್ರಾಪ್ತಿ ಖಚಿತ ('ವಿದ್ಯಾಕಾಮಸ್ತು ಗಿರಿಶಮ್' – ಭಾಗವತ ೨/೩/೭).

೬) ಹರಿಯಿಂದ ದಿನ ಎಂದರೆ ಭಾಗವತಾದಿ ಜ್ಞಾನದಾಯಕವಾದ ಗ್ರಂಥಗಳ ಉಪದೇಶ ಎಂದೂ, ಶಿವನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಎಂದರೆ ರುದ್ರದೇವರಿಂದ ಅಜ್ಞಾನಾದಿಪ್ರದವಾದ ಪಾಶುಪತಾದಿ ತಾಮಸ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳ ನಿರೂಪಣೆ ಎಂಬ ಪ್ರಮೇಯವಿಶೇಷ ಸಹ ಇದರಿಂದ ನಿರೂಪಿತ ಎಂದೂ ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ಎಲ್ಲಾ ಯಾಗಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಏಕಾದಶಿಯು ಶ್ರೇಷ್ಠ

೪. ಅಶ್ವಮೇಧಸಹಸ್ರಾಣಿ ವಾಜಪೇಯಶತಾನಿ ಚ ।
ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸಸ್ಯ ಕಲಾಂ ನಾರ್ಹಂತಿ ಷೋಡಶೀಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (ಶ್ಲೋ. ೧೭೨)

ಅ: ಸಾವಿರಾರು ಅಶ್ವಮೇಧಗಳಾಗಲೀ ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ವಾಜಪೇಯಯಾಗಗಳಾಗಲೀ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದ ಹದಿನಾರನೆಯ ಒಂದಂಶಕ್ಕೂ ಸಾಟಿ ಎನ್ನಿಸವು.

ವಿ: ೧) ಅಶ್ವಮೇಧ ಮೊದಲಾದವುಗಳು ಶ್ರೇಷ್ಠಯಾಗಗಳು; ಅಶ್ವಮೇಧವಂತೂ ಕ್ರತುರಾಜ ಎಂದೇ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ('ಅಶ್ವಮೇಧಃ ಕ್ರತುಶ್ರೇಷ್ಠಃ' – ಮಹಾಭಾರತ). ಅಂತಹ ಅಶ್ವಮೇಧಾದಿ ಮಹಾಯಾಗಗಳೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಒಂದಂಶಕ್ಕೂ ಸಾಟಿಯಾಗವು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಏಕಾದಶಿಯು ಅಶ್ವಮೇಧಾದಿ ಮಹಾಯಾಗಗಳಿಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ವ್ರತ. ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಅಶ್ವಮೇಧಾದಿಯಾಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುವದು ಇನ್ನೂ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಎಂದು ಭಾವ.

೩) ಅಶ್ವಮೇಧಾದಿಯಾಗಗಳು ಶರೀರಾಯಾಸದೊಂದಿಗೆ ಧನವ್ಯಯ, ಬಲಪ್ರದರ್ಶನ ಅನ್ನದಾನ ಮೊದಲಾದ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಹೊಣೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳು. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಇಂತಹ ಯಾವ ವಿಶೇಷನಿಯಮಗಳೂ ಇಲ್ಲ. ಕೇವಲ ಹರಿಪ್ರೀತಿಗೆಂದು ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸುವುದಷ್ಟೇ ಅದರ ವಿಧಿ. ಹೀಗೆ ಆಚರಣೆಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿದ್ದು, ಫಲದಲ್ಲಿ ಸರ್ವಾಧಿಕವಾಗಿರುವದರಿಂದ ಏಕಾದಶಿಯು ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ವ್ರತ ಎಂದಾಗುವದು.

---

* ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಉತ್ತರಖಂಡ ಅ. ೨೩೪, ಶ್ಲೋ. ೭); ನಾರದೀಯಪುರಾಣ ಉತ್ತರಭಾಗ (೧/೧೨)

೫. ಉಪವಾಸವ್ರತಂ ಕುರ್ಯಾತ್ ತ್ರಿಕಾಲಂ ಚಾರ್ಚಯಂಸ್ತು ಮಾಮ್ ।
ಸರ್ವಕ್ರತುಫಲಂ ಲಬ್ಧ್ವಾ ಮಮ ಲೋಕೇ ಮಹೀಯತೇ ॥

– ಮಹಾಭಾರತ(ಆಶ್ವಮೇಧಿಕಪರ್ವ)

ಅ: ಉಪವಾಸವ್ರತ ಮತ್ತು ಅಂದು ತ್ರಿಕಾಲಪೂಜೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವವನು ಎಲ್ಲಾ ಯಜ್ಞಗಳ ಫಲವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ನನ್ನ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮಾನಿತನಾಗುವನು

ವಿ: ಇದು ಮಹಾಭಾರತ-ಅಶ್ವಮೇಧಪರ್ವದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಧರ್ಮರಾಜನಿಗೆ ಹೇಳಿದ ಮಾತು.

ಎಲ್ಲಾ ಪರ್ವಕಾಲಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಏಕಾದಶಿಯು ದೊಡ್ಡದು

೬. ಉಪರಾಗಸಹಸ್ರಾಣಿ ವ್ಯತೀಪಾತಾಯುತಾನಿ ಚ ।
ಅಮಾಲಕ್ಷಂ ತು ದ್ವಾದಶ್ಯಾಃ ಕಲಾಂ ನಾರ್ಹಂತಿ ಷೋಡಶೀಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (ಶ್ಲೋ. ೧೪೩)

ಅ: ಸಾವಿರಾರು ಗ್ರಹಣಗಳಾಗಲಿ, ಹತ್ತು ಸಾವಿರ ವ್ಯತೀಪಾತಗಳಾಗಲಿ, ಲಕ್ಷ ಅಮಾ-ವಾಸ್ಯೆಗಳಾಗಲಿ, ದ್ವಾದಶೀವ್ರತದ ಹದಿನಾರನೆಯ ಒಂದಂಶಕ್ಕೂ ಸಾಟಿಯಾಗಲಾರವು.

ವಿ: ೧) ಇಲ್ಲಿ ದ್ವಾದಶೀವ್ರತ ಎಂದರೆ ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ದಶಮೀ ಏಕಾದಶೀ ದ್ವಾದಶೀ ಈ ದಿನ ತ್ರಯಗಳು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತ ಎನ್ನಿಸುವವು.

೨) ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಪಾರಣೆ ಮಾಡುವುದೂ ಸಹ ಗ್ರಹಣವ್ಯತೀಪಾತಾದಿಗಳ ಪುಣ್ಯಕ್ಕಿಂತ ವಿಶೇಷವಾದ ಫಲವನ್ನು ನೀಡುವದು ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಇಲ್ಲಿ ವಿವಕ್ಷಿತ.

೩) ಇಲ್ಲಿ ಉಪರಾಗವೆಂದರೆ ಗ್ರಹಣ ಎಂದೂ, ವ್ಯತೀಪಾತವೆಂದರೆ ಯೋಗವಿಶೇಷ ಎಂದೂ ಅರ್ಥ. ಉಪರಾಗ ವ್ಯತೀಪಾತಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠಪರ್ವಕಾಲಗಳು ಎಂಬದು ಸುಪ್ರಸಿದ್ಧ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶಿಯು ಅವುಗಳಿಗಿಂತಲೂ ತುಂಬಾ ಮಿಗಿಲಾದ ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ವ್ರತ ಎಂದು ಭಾವ.

೪) ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಗ್ರಹಣಾದಿಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವದು ಪೂರ್ಣಫಲಕ್ಕೆ ಸಾಧನ ಎಂದು ಸಹ ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಏಕಾದಶಿಯ ಆಚರಣೆಯಿಂದ ಜನ್ಮಾಂತರದ ಪಾತಕಗಳೂ ಪರಿಹಾರ

೭. ಏಕಾದಶೀಸಮುತ್ಥೇನ ವಹ್ನಿನಾ ಪಾತಕೇಂಧನಮ್ ।
ಭಸ್ಮೀಭವತಿ ರಾಜೇಂದ್ರ ಅಪಿ ಜನ್ಮಶತೋದ್ಭವಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ+ (ಶ್ಲೋ. ೧೭೩)

---

* ವಾಯುಪುರಾಣ(ಮಾಘಮಾಹಾತ್ಮ್ಯ ಅ. ೬, ಶ್ಲೋ. ೭)

\+ ಪದ್ಮಪುರಾಣ ಉತ್ತರಖಂಡ (೨೬೨/೧೦)

ಅ: ಏಕಾದಶೀವ್ರತದಿಂದ ಹುಟ್ಟುವ ಅಗ್ನಿಯು ನೂರಾರು ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ಗಳಿಸಿದ ಪಾತಕ ಎಂಬ ಇಂಧನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೂದಿ ಮಾಡುವದು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದಾಗ ತಾಪವಾಗುವದು ಉಂಟು. ಆ ತಾಪ ಶರೀರವನ್ನು ನೋಯಿಸುವ ತಾಪವಾಗದೇ ಶರೀರದ ಒಳಗಿನ ಪಾಪಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸುಟ್ಟು ಹಾಕುವ ವಿಶಿಷ್ಟತಾಪ ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ಸಂದೇಶ.

೨) ಬೇರೆ ಯಾವದೇ ಬಗೆಯಿಂದಲೂ ಸಹ ದೇಹದ ಒಳಗಿನ ದೋಷಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೋಗಲಾಡಿಸುವದು ಅಶಕ್ಯ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಹುಟ್ಟುವ ತಾಪವು ದೇಹದೊಳಗಿನ ಕಲ್ಮಶಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾಶ ಪಡಿಸುವದು ಎಂದರ್ಥ.

೩) ಉಪವಾಸದಿಂದ ದೇಹದೊಳಗಿನ ವಿಷವಸ್ತುಗಳೆಲ್ಲ ನಾಶ ಹೊಂದುವವು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವನ್ನು ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ದೃಢಪಡಿಸಿವೆ. Fasting can save your life (by Dr. Herbert M. Shelton, published by American natural hygiene soceity, Indian edition published Prakruti Jivana Kendra, Bangalore, 1984) ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ನೂರಾರು ನಿದರ್ಶನಗಳನ್ನಿತ್ತು ಉಪವಾಸವ್ರತವು ನೆಗಡಿ ಕೆಮ್ಮುಗಳಿಂದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ವರೆಗಿನ ಮಹಾರೋಗಗಳನ್ನೂ ಸಹ ನಿವಾರಿಸುವ ಶ್ರೇಷ್ಠ ಸಾಧನ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವರ್ಧಕವಾದ ಶ್ರೇಷ್ಠಸಾಧನ ಎಂಬದಾಗಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಗುರುತಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಇದು ಏಕಾದಶಿಯಂತೆ ಪೂರ್ಣೋಪವಾಸವಾಗಿರದೇ ಕೇವಲ ದ್ರವಾಹಾರ ಮೊದಲಾದಂತಹ ಲಘೂಪವಾಸಮಾತ್ರ. ಏಕಾದಶಿಯ ಪೂರ್ಣೋಪವಾಸವು ಇಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿರುವಂತೆ ಸರ್ವರೋಗಗಳನ್ನೂ ಸಕಲಪಾಪಗಳನ್ನೂ ಮೂಲೋತ್ಪಾಟನೆ ಮಾಡುವ ಶ್ರೇಷ್ಠಸಾಧನ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ.

೪) ರೋಗಗಳು ಪಾಪಮೂಲವಾದವು (**'ಪೂರ್ವಜನ್ಮಕೃತಂ ಪಾಪಂ ವ್ಯಾಧಿರೂಪೇಣ ಬಾಧತೇ'**); ಏಕಾದಶಿಯು ಸಕಲಪಾಪಗಳನ್ನೂ ಪರಿಹರಿಸುವದು ಎಂದರೆ ಹೃದ್ರೋಗ ಮೊದಲಾದ ಸಕಲರೋಗಗಳನ್ನೂ ಪರಿಹರಿಸುವದು ಎಂಬದು ಅರ್ಥತಃ ಸಿದ್ಧವಾಗುವ ವಿಚಾರ. ಏಕಾದಶಿಯ ಉಪವಾಸದಿಂದ ರಕ್ತಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವದು, ಕೊಬ್ಬು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುವದು ಮೊದಲಾದ ಮಹತ್ತರವಾದ ದೋಷಗಳು ಪರಿಹಾರವಾಗುವದನ್ನು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ದೃಢಪಡಿಸಿವೆ.

ಏಕಾದಶಿಗಿಂತ ಮಿಗಿಲಾದ ಪಾಪನಾಶಕವ್ರತ[೧] ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ

೮. ನೇದೃಶಂ ಪಾವನಂ ಕಿಂಚಿನ್ನರಾಣಾಂ ಭುವಿ ವಿದ್ಯತೇ ।
ಯಾದೃಶಂ ಪದ್ಮನಾಭಸ್ಯ ದಿನಂ ಪಾತಕಹಾನಿದಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ[*] (ಶ್ಲೋ. ೧೭೪)

---

೧ ವ್ರತಗಳೆಲ್ಲವು ಹರಿವಾಸರವ್ರತದ ಹಿಂದೆ । – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

* ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡಪುರಾಣ; ನಾರದೀಯಪುರಾಣ ಉತ್ತರಭಾಗ (೧/೧೫)

ಅ: ಪದ್ಮನಾಭನ ದಿನವಾದ ಏಕಾದಶಿಯಂತಹ ಪಾತಕಪರಿಹಾರಕವಾದ ವ್ರತ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಭೂಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯು ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ವ್ರತ; ಎಂದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಮಿಗಿಲಾದ ವ್ರತವೇ ಮತ್ತೊಂದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಮುಖ್ಯಾರ್ಥವೇ ಗ್ರಾಹ್ಯ ಎಂದು ತಾತ್ಪರ್ಯ.

೨) ಪದ್ಮನಾಭನ ದಿನ ಎಂದರೆ ಹರಿದಿನ ಎಂದರ್ಥ. ಹರಿ ಎಂಬದು ಸಂಕರ್ಷಣಾದಿ ದ್ವಾದಶನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಹನ್ನೊಂದನೆಯದಾಗಿರುವಂತೆ ಪದ್ಮನಾಭ ಎಂಬದು ಕೇಶವಾದಿ ದ್ವಾದಶಮೂರ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಹನ್ನೊಂದನೆಯದು. ಹನ್ನೊಂದನೆಯ ತಿಥಿಗೆ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಈ ಹನ್ನೊಂದನೆಯ ರೂಪವೇ ಅಧಿದೇವತೆ. ಈ ಅರ್ಥದಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶಿ ಎಂಬ ಹೆಸರು ಅದಕ್ಕೆ ಸಾರ್ಥಕ ಎಂಬ ಇಲ್ಲಿಯ ಭಾವ ರೋಚಕವಾದುದು.

೩) ಶ್ರೀಹರಿಯು ಇತರ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ಬೇರೆಬೇರೆ ತಿಥಿಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ತನಗೆ ದಶಮೀ, ಏಕಾದಶೀ ಹಾಗೂ ದ್ವಾದಶೀ ತಿಥಿಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡ ವಿವರ [1]ವರಾಹಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ:

೪) ಗೌರೀತೃತೀಯಾ, ಗಣೇಶಚತುರ್ಥಿ, ನಾಗಪಂಚಮಿ, ಸುಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಷಷ್ಠಿ, ದುರ್ಗಾಷ್ಟಮಿ ಮೊದಲಾದ ಹೆಸರುಗಳಲ್ಲೇ ಆಯಾ ತಿಥಿಗಳ ಅಭಿಮಾನಿದೇವತೆಗಳ ಹೆಸರು ಸೂಚಿತ ಎಂಬದು ಗಮನಾರ್ಹ.

---

೧. ತತ್ರ ಸಾಮಾನ್ಯತಃ ಶುಕ್ಲಂ ದೇವೇಭ್ಯೋ ದತ್ತವಾನಹಮ್ ।
ಪಿತೃಭ್ಯಃ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷಂ ಚ ವಿಶೇಷಾದಂತಿಮಾಂ ತಿಥಿಮ್ ॥
ಅಮಾವಾಸ್ಯಾಂ ತಥಾ ಪೂರ್ಣಾಂ ದೇವೇಭ್ಯೋಽಪಿ ವಿಶೇಷತಃ ।
ದಶಮ್ಯೇಕಾದಶೀ ಚೈವ ದ್ವಾದಶೀ ಚ ತಿಥಿತ್ರಯಮ್ ॥
ಪಕ್ಷದ್ವಯೇಽಪ್ಯಹಂ ತತ್ರ ವಿಶೇಷೇಣ ಗೃಹೀತವಾನ್ ।
ಶುಕ್ಲಾಂ ಪ್ರತಿಪದಂ ವಹ್ನೇರ್ವಿರಿಂಚಾಯ ದ್ವಿತೀಯಕಾಮ್ ॥
ಪ್ರಾದಾಂ ತೃತೀಯಾಂ ಪಾರ್ವತ್ಯೈ ಗಣೇಶಾಯ ಚತುರ್ಥಿಕಾಮ್ ।
ಪಂಚಮೀಂ ಸರ್ವನಾಗಾನಾಂ ಶೇಷಾಣಾಂ ಪತಯೇ ತತಃ ॥
ಸ್ಕಂದೇಂದ್ರಯೋಸ್ತಥಾ ಷಷ್ಠೀಂ ಸಪ್ತಮೀಂ ಭಾಸ್ಕರಾಯ ಚ ।
ವಿಶ್ವೇಭ್ಯಶ್ಚಾಪಿ ದೇವೇಭ್ಯಸ್ತಥಾ ಸೋಮಾಯ ಚಾಷ್ಟಮೀಮ್ ॥
ನವಮೀಂ ಚ ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮ್ಯೈ ವಾಯವೇ ವರುಣಾಯ ಚ ।
ದುರ್ಗಾಯೈ ಚ ಸರಸ್ವತ್ಯೈ ಪ್ರಾದಾಂ ತಾಂ ತಿಥಿಮುತ್ತಮಮ್ ॥
ತ್ರಯೋದಶೀಂ ಕುಬೇರಾಯ ಗರುಡಾಯ ಚ ದತ್ತವಾನ್ ।
ಮರುದ್ಗಣಾಯ ಸರ್ವಸ್ಮೈ ಯಮಾಯ ಚತುರ್ದಶೀಮ್ ॥
ಕೃಷ್ಣಾಂ ಚತುರ್ದಶೀಂ ಪ್ರಾದಾಂ ಮಹಾರುದ್ರಾಯ ವೈ ತತಃ ।
ತದಾಪ್ರಭೃತಿ ಮತ್ಪ್ರೀತಿಃ ದಶಮ್ಯಾದಿದಿನತ್ರಯೇ ॥
ಸರ್ವೇಷಾಂ ಚಾವಿಶೇಷೇಣ ಪೌರ್ಣಮಾಸೀಂ ಪ್ರದತ್ತವಾನ್ ।
ಸರ್ವದೇವಪಿತೄಣಾಂ ಚ ದರ್ಶಮೇಕಂ ಪ್ರದತ್ತವಾನ್ ॥
ಮತ್ಪ್ರೀತಯೇ ತತಃ ಕುರ್ಯಾತ್ ವ್ರತಮೇತತ್ ಪ್ರಯತ್ನತಃ ।
ಯೋ ಭಕ್ತೋಽಪ್ಯನ್ಯದೇವಾನಾಂ ಸೋಽಪಿ ಕುರ್ಯಾದಿದಂ ವ್ರತಮ್ ॥

೫) ಹೀಗೆ ಶ್ರೀಹರಿ ತಾನೇ ಅಧಿದೇವತೆಯಾಗಿ ಇರಿಸಿಕೊಂಡ ದಿನ ಏಕಾದಶಿಯಾದ್ದರಿಂದ ಅದಕ್ಕೆ **ಹರಿದಿನ** ಎಂಬ ಹೆಸರು ಸಾರ್ಥಕ.

ಏಕಾದಶೀಉಪವಾಸದಿಂದ ಸಕಲಪಾತಕಗಳ ಪರಿಹಾರ

೯. ತಾವತ್ ಪಾಪಾನಿ ದೇಹೇಽಸ್ಮಿನ್ ತಿಷ್ಠಂತಿ ಮನುಜಾಧಿಪ ।
ಯಾವನ್ನೋಪೋಷಯೇಜ್ಜಂತುಃ ಪದ್ಮನಾಭದಿನಂ ಶುಭಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ+ (ಶ್ಲೋ. ೧೭೫)

ಅ: ರಾಜನೇ! ಜೀವಿಯ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಪಾಪಗಳು ನೆಲೆಸಿರುವದು ಅವನು ಮಂಗಳಕರ-ವಾದ ಹರಿದಿನದಂದು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸುವವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ.

ವಿ: ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಮಾಡಿದೊಡನೆಯೇ ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಸಕಲಪಾಪಗಳೂ ನಾಶವಾಗುವವು ಎಂದರ್ಥ.

ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸದಿಂದ ಸಕಲೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಪರಿಶುದ್ಧಿ

೧೦. ಏಕಾದಶೇಂದ್ರಿಯೈಃ ಪಾಪಂ ಯತ್ ಕೃತಂ ಭವತಿ ಪ್ರಿಯೇ ।
ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸೇನ ತತ್ಸರ್ವಂ ವಿಲಯಂ ವ್ರಜೇತ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (ಶ್ಲೋ. ೧೭೬)

ಅ: ಏಕಾದಶ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ಪಾಪವು ಮಾಡಲ್ಪಡುವದೋ ಆ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪವೂ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶ-ವಾಗುವದು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಉಪವಾಸವೆಂದರೆ ಏಕಾದಶ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಡುವ ಸಮಸ್ತ ಪಾಪಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣಪರಿಹಾರ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಇಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ.

೨) ಏಕಾದಶ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಎಂದರೆ, ಅಂತಃಕರಣವೆನ್ನಿಸಿದ ಮನಸ್ಸು, ಐದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮತ್ತು ಐದು ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಎಂದರ್ಥ. ದೋಷಯುಕ್ತಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯ-ಗಳಿಂದಾಗುವ ಅಪರಾಧವೆಂದರೆ ತಪ್ಪಾದ ಕಾರ್ಯ; ಅದಕ್ಕೂ, ಅದರಂತೆ ಕರ್ಮೇಂದ್ರಿಯ-ಗಳಿಂದಾಗುವ ಪಾಪಕಾರ್ಯಗಳಿಗೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವೇ ಪರಿಹಾರ.

೩) ಇಲ್ಲಿ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳ ಪರಿಹಾರ ಎಂದು ತಿಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವದು ಆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿನ ದೋಷ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೂ ಸೂಚಕ ಎಂದರೆ ಕಣ್ಣು ಮೊದಲಾದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳ

\+ ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಉತ್ತರಖಂಡ. ಅ. ೬೦, ಶ್ಲೋ. ೧೩)

* ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಉತ್ತರಖಂಡ. ಅ. ೨೩೪, ಶ್ಲೋ. ೧೧)

ದೋಷಗಳೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಪರಿಹಾರವಾಗುವವು ಎಂದರ್ಥ. ಮೇಲೆ ಸೂಚಿಸಿದ Fasting can save your life ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸದಿಂದ ಕುರುಡು, ಕಿವುಡು ಮೊದಲಾದ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಪರಿಹಾರಗೊಂಡ ಅನೇಕ ನಿದರ್ಶನಗಳು ದಾಖಲಾಗಿವೆ.

ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸದಿಂದ ಯಮಬಾಧೆ ಶನಿಕಾಟಗಳೂ ಪರಿಹಾರ

೧೧. ಏಕಾದಶೀಸಮಂ ಕಿಂಚಿತ್ ಪಾಪತ್ರಾಣಂ ನ ವಿದ್ಯತೇ ।
ವ್ಯಾಜೇನಾಪಿ ಕೃತಾ ರಾಜನ್ ನ ದರ್ಶಯತಿ ಭಾಸ್ಕರಿಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೭೭)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಗೆ ಸಮನಾದ ಪಾಪದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸುವ ಮತ್ತೊಂದು ವ್ರತ ಇಲ್ಲ. ರಾಜನೇ ! ಯಾವದೇ ನೆಪದಿಂದ ಆಚರಿಸಿದರೂ ಸರಿಯೇ, ಅದು ಭಾಸ್ಕರಿಯನ್ನು ತೋರಿಸದು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನೂ ನೀಡುವ ಮಹಾವ್ರತ ಎಂದರ್ಥ. ಯಾವದೇ ನೆಪದಿಂದಾದರೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಿದರೂ ಅದರಿಂದ ಪಾಪನಾಶ ಖಚಿತ.

೨) ಇಲ್ಲಿ ಭಾಸ್ಕರಿ ಎಂದರೆ ಭಾಸ್ಕರನ ಪುತ್ರ ಎಂದರ್ಥ. ಭಾಸ್ಕರ ಎಂದರೆ ಸೂರ್ಯ. ಸೂರ್ಯನ ಪುತ್ರರಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನರು ಇಬ್ಬರು; ಒಬ್ಬ ಯಮ ಹಾಗೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಶನಿ. ಜೀವನನ್ನು ಯಮ ಮರಣಾನಂತರ ಶಿಕ್ಷಿಸುವವನಾದರೆ, ಶನಿ ಜೀವಿಸಿದ್ದಾಗಲೇ ಶಿಕ್ಷಿಸುವವನು. ಹೀಗೆ ಸೂರ್ಯಪುತ್ರರಾದ ಇಬ್ಬರೂ ಸಹ ಪಾಪಿಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆ ನೀಡುವವರೇ ಆಗಿರುವರು. ಇವರಿಬ್ಬರ ಶಿಕ್ಷೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗಲು ಏಕಾದಶೀವ್ರತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಉಪಾಯ ಎಂದರ್ಥ.

೩) ಇಲ್ಲಿ ಶನಿಯ ಕಾಟ ತಪ್ಪುವದು ಎಂದರೆ, ಶನಿ ಮೊದಲಾದ ನವಗ್ರಹಗಳ ಬಾಧೆಯೂ ಉಂಟಾಗದು ಎಂದರ್ಥ. ಇದರಿಂದ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸವು ಗ್ರಹದೋಷಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಪರಿಹರಿಸುವ ಶ್ರೇಷ್ಠಸಾಧನ ಎಂಬ ತತ್ತ್ವ ನಿರೂಪಿತವಾಗುವದು.

೪) ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಹರಿದಿನವಾದ್ದರಿಂದ ಹರಿಯು ಸಕಲಗ್ರಹಗಳಿಗೂ ಸಹ ಮುಖ್ಯ ಬಲಪ್ರದನಾದ್ದರಿಂದ ಅವನ ಒಲುಮೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುವ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಆಚರಣೆಯು ನವಗ್ರಹಗಳ ಪೀಡೆಯಿಂದಲೂ ಸಹ ಬಿಡುಗಡೆ ನೀಡುವದು :

ಶ್ರೀದನಂಘ್ರಿಸರೋಜಯುಗಳೇ-
ಕಾದಶಸ್ಥಾನಾತ್ಮದೊಳಗಿ-
ಟ್ಟಾದರದಿ ಸಂತುತಿಸುವವರಿಗೆ ಈ ನವಗ್ರಹವು ।
ಆದಿತೇಯರು ಸಂತತಾಧಿ-
ವ್ಯಾಧಿಗಳ ಪರಿಹರಿಸುತವರನ
ಕಾದುಕೊಂಡಿಹರೆಲ್ಲರೊಂದಾಗೀಶನಾಜ್ಞೆಯಲಿ ॥ (ಸರ್ವಪ್ರತೀಕಸಂಧಿ ಶ್ಲೋ.೨)

– ಎಂಬ ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರದ ಪದ್ಯ ಇದರ ಭಾವವಿವರಣೆಯಂತಿರುವದು ಗಮನಾರ್ಹ. **'ಸಕಲಗ್ರಹಬಲ ನೀನೆ ಸರಸಿಜಾಕ್ಷ'** ಎಂಬ ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರ ಮಾತಿನಲ್ಲೂ ಇದರ ಭಾವ ಬಂದಿದೆ.

---

೫) ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಈ ಮೂಲಕವಾಗಿ ಗ್ರಹದೋಷದ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೂ ಸಹ ಶ್ರೇಷ್ಠಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರಿರುವದು ಅತ್ಯಂತ ಗಮನಾರ್ಹ. ಇದರಿಂದ ನವಗ್ರಹಗಳ ಆರಾಧನೆ ವಿಹಿತವಲ್ಲ ಎಂದೇನೂ ಅರ್ಥವಲ್ಲ; ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸದವನು ಮಾಡುವ ನವಗ್ರಹಾರಾಧನೆಯು ಪೂರ್ಣಫಲವನ್ನು ಕೊಡದೇ ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಉಪಶಮನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಬಲ್ಲದು. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ನವಗ್ರಹ ಆರಾಧನೆ ಮಾಡುವವನಿಗೆ ಮುಖ್ಯಫಲವೇ ಲಭಿಸುವದು. ಕಾರಣಾಂತರದಿಂದ ನವಗ್ರಹ ಆರಾಧನೆ ಮೊದಲಾದ ಇತರ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಲಾಗದವರಿಗೂ ಕೇವಲ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸದಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ತಾಪತ್ರಯಗಳ ಪರಿಹಾರ ಎಂಬ ಭಾವವೂ ಇಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತ.

೬) ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಆಚರಣೆಯಿಂದ ಅವಿವಾಹಿತರಿಗೆ ವಿವಾಹಯೋಗ, ಸಂತಾನಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಂತತಿ ಪ್ರಾಪ್ತಿ, ಐಶ್ವರ್ಯ ಬಯಸುವವರಿಗೆ ಐಶ್ವರ್ಯ ಲಾಭ ಮೊದಲಾದ ಸಕಲಕಾಮನೆಗಳೂ ಸಹ ಈಡೇರುವವು ಎಂಬದಾಗಿ ಸ್ಮೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ:

ಏಕಾದಶೀಸಮಂ ಕಿಂಚಿತ್ ಪಾಪತ್ರಾಣಂ ನ ವಿದ್ಯತೇ ।
ಸ್ವರ್ಗಮೋಕ್ಷಪ್ರದಾ ಹ್ಯೇಷಾ ರಾಜ್ಯಪುತ್ರಪ್ರದಾಯಿನೀ ।
ಸುಕಲತ್ರಪ್ರದಾ ಹ್ಯೇಷಾ ಶರೀರಾರೋಗ್ಯದಾಯಿನೀ ॥ **– ಕಾತ್ಯಾಯನಸ್ಮೃತಿ**

೭) ಸಮುದ್ರಮಥನವು ಏಕಾದಶಿಯಂದು ನಡೆದು, ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಲಕ್ಷ್ಮೀಪ್ರಾದುರ್ಭಾವವಾಯಿತೆಂಬ ವಿವರ ಪದ್ಮಪುರಾಣದಲ್ಲಿದೆ; ಇದು ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸವು ಸಂಪತ್ಕರ ಎಂಬದಕ್ಕೆ ಗಮಕ:

ಸಮುದ್ರಮಥನಂ ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ಜಾತಮಿತಿ ಪಾದ್ಮೇ –
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಶುದ್ಧಾಯಾಂ ಮಥ್ಯಮಾನೇ ಮಹಾಂಬುಧೌ ।
ಉಪೋಷ್ಯ ಋಷಯಃ ಸರ್ವೇ ಜೇಪುಃ ಶ್ರೀಮಂತ್ರಮುತ್ತಮಮ್ ।
ಕಾಂಕ್ಷಮಾಣಾಃ ಶ್ರಿಯೋ ಜನ್ಮ ಲಕ್ಷ್ಮೀನಾರಾಯಣಂ ಹರಿಮ್ ॥
– ಪದ್ಮಪುರಾಣ ಉ.ಖಂ.(೨೬೦/೭,೮)

೧೨. ರಟಂತಿ ಹಿ ಪುರಾಣಾನಿ ಭೂಯೋ ಭೂಯೋ ವರಾನನೇ ।
ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ* ॥
– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ[1] (ಶ್ಲೋ. ೧೮೫)

---

* ಪದ್ಮಪುರಾಣ

೧. ಮಹಾದೋಷಮಯಂ ಚಾನ್ನಮೇಕಾದಶ್ಯಾಂ ಭವೇದ್ಯತಃ ।
ನ ದಾತವ್ಯಂ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ನ ಘ್ರಾತವ್ಯಂ ವಿಶೇಷತಃ । – ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲೀ

ಸರ್ವಥಾ ನಾನ್ನಮಶ್ನೀಯಾನ್ಮ್ರಿಯಮಾಣೋಽಪಿ ವೈಷ್ಣವಃ ।
ಮಹಾಪದ್ಯಪಿ ಯೋಽಶ್ನೀಯಾದನ್ನಮೇಕಾದಶೀದಿನೇ ॥
ತಸ್ಯಾಪರಾಧಂ ನ ಸಹೇ ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯಾದಿಪ್ರಾರ್ಥಿತೋಽಪಿ ಸನ್ ॥
– ವರಾಹಪುರಾಣ(ಚಾತುರ್ಮಾಸ್ಯಕಲ್ಪ)

ಅ: ಎಲೈ ಸುಂದರಿ! ಪುರಾಣಗಳು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಸಾರುತ್ತಿವೆ. ಹರಿದಿನ ಬಂದಾಗ ತಿನ್ನಕೂಡದು, ತಿನ್ನಕೂಡದು.

ವಿ: ೧) ಇದು ಪದ್ಮಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಪಾರ್ವತಿಯನ್ನು ಕುರಿತು ಶಿವ ಹೇಳಿದ ಮಾತು.

೨) ಪೈಂಗಿಶ್ರುತಿ, ಬಾಭ್ರವ್ಯಶ್ರುತಿ, ಮೈತ್ರಾವರುಣೋಪನಿಷತ್ತು ಮೊದಲಾದ ಶ್ರುತಿಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಿರ್ಣಯರತ್ನಾದಿ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. **'ಹರಿದಿನದಲ್ಲಿ ಉಂಡ ನರರಿಗೆ ಘೋರ ನರಕ ತಪ್ಪದು ಎಂದು ಶ್ರುತಿಯು ಸಾರುತಲಿದೆ'** ಎಂಬ ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರ ಮಾತಿನಲ್ಲೂ ಈ ವಿವರ ಬಂದಿದೆ.

೩) ಗರ್ಭಿಣಿ, ಬಾಣಂತಿ ಮೊದಲಾದ ಅಶಕ್ತರು ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಫಲಾಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿವೆ. ಅಲ್ಲಿ ಫಲಾಹಾರವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ನೀರು, ಹಾಲು ಇತ್ಯಾದಿಗಳೇ ಹೊರತು ಚಪಾತಿ ಮೊದಲಾದ ಆಹಾರವಲ್ಲ ಎಂಬದು ವರಾಹಪುರಾಣದಿಂದ ತಿಳಿಯುವದು. ಎಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ ಉಪ್ಪು, ಉದ್ದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸರ್ವಥಾ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಾರದು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವೂ ಸಹ ಅಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ. ಬೇಯಿಸಿದ ಧಾನ್ಯ, ಉಪ್ಪುಬೆರೆತ ಹಿಟ್ಟುಗಳೂ ಸಹ ಅನ್ನ ಎನ್ನಿಸುತ್ತವೆ; ಆದ್ದರಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನೂ ಅಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಫಲಾಹಾರವನ್ನೂ ಸಹ ಇತರದಿನ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಆಹಾರದ ನಾಲ್ಕನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗ ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ವರಾಹಪುರಾಣ ವಿಧಿಸಿದೆ(ಪುಟ ೧೬, ಶ್ಲೋ. ೨೬ ನೋಡಿ).

೪) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಜಾಗರವೂ ಸಹ ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಜಾವದ ಜಾಗರಕ್ಕೂ **'ಕ್ರತು ನಾಲ್ಕುಸಾವಿರ ಫಲ'** ಎಂಬ ಮಾತು ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರ ಕೀರ್ತನೆಯಲ್ಲೂ ಬಂದಿದೆ.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನುವವನಂತೆ ತಿನ್ನಲು ಹೇಳುವವನೂ ಸಹ ನರಕಭಾಗಿಯಾಗುವನು

೧೩. ಭುಂಕ್ಷ್ವ ಭುಂಕ್ಷ್ವೇತಿ ಯೋ ಬ್ರೂಯಾದ್ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ।
ತಾವುಭೌ ನರಕಂ ಯಾತೋ ಯಾವದಾಭೂತಸಂಪ್ಲವಮ್ ।

– ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ (ಪುಟ ೯೨)

ಅ: ಹರಿದಿನದಂದು 'ತಿನ್ನು ತಿನ್ನು' ಎಂದು ಹೇಳುವವನು ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವವನು ಇಬ್ಬರೂ ಪ್ರಳಯಕಾಲಪರ್ಯಂತ ನರಕದಲ್ಲಿ ಬೀಳುವರು.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಭೋಜನವು ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾದಿಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಪಾಪಕರ

೧೪. ಸ ಬ್ರಹ್ಮಹಾ ಸ ಗೋಘ್ನಶ್ಚ ಸ್ತೇನಃ ಸ ಗುರುತಲ್ಪಗಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ಹಿ ಭುಂಜಾನಃ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ(ಶ್ಲೋ. ೧೭೮)

ಅ: ಎರಡು ಪಕ್ಷಗಳ ಏಕಾದಶಿಗಳಂದು ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವವನು [೧]ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿ-ದವನು, ಗೋಹಂತಕ, ಕಳ್ಳ, ಗುರುತಲ್ಪಗಾಮಿ ಎನ್ನಿಸುವನು; ಇದು ನಿಶ್ಚಿತ.

ವಿ: ಇಲ್ಲಿಂದ ನಾಲ್ಕು ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವರಿಗೆ ಒದಗುವ ಪಾಪಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವರು. ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವು ಅತ್ಯಂತ ಪುಣ್ಯಕರವಾಗಿರುವಂತೆ ಅಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡದಿರುವದು ಅತ್ಯಂತ ಪಾಪಕರ ಎಂದು ತಾತ್ಪರ್ಯ. ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಲ್ಲದ ಆಹಾರ ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವಂತೆ ನಿಷಿದ್ಧವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳು ಅವನತಿಗೆ ಕಾರಣ ಎಂದು ಭಾವ.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಭೋಜನಮಾಡುವವರ ಮುಖಾವಲೋಕನವೂ ಪಾಪಕರ

೧೫. [೨]ಏಕಾದಶೀ ದಿನೇ ಪುಣ್ಯೇ ಭುಂಜತೇ ಯೇ ನರಾಧಮಾಃ ।
ಅವಲೋಕ್ಯ ಮುಖಂ ತೇಷಾಮಾದಿತ್ಯಮವಲೋಕಯೇತ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೮೦)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಯಾರು ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವರೋ ಅವರು ನರಾಧಮರು; ಅಂತಹವರ ಮುಖವನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ದರ್ಶನ ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಕೆಲವು ಪಾಪಗಳಿಗೆ ತತ್ಕ್ಷಣ ಸೂರ್ಯದರ್ಶನವೇ ಪರಿಹಾರ; ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಭೋಜನಮಾಡುವದು ಅಂತಹ ಮಹಾಪಾತಕ ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಪಾಪಕಾರ್ಯಮಾಡಿದಾಗ ತಕ್ಷಣ ಸ್ನಾನಾದಿಗಳು ಅಶಕ್ಯವಾದರೆ ಸೂರ್ಯದರ್ಶನ ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿನಿಧಿ ಎಂದು ಕೆಲವು ವಿಶೇಷಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ. ಇದು ಅಂತಹ ಒಂದು ಪ್ರಸಂಗ ಎಂದು ಭಾವ.

---

೧ ಮಾತೃಹಾ ಪಿತೃಹಾ ಚೈವ ಭ್ರಾತೃಹಾ ಗುರುಹಾ ತಥಾ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ನಾರದೀಯಪುರಾಣ

ನ ಶೈವೋ ನ ಸೌರೋ ವಾ ನಾಶ್ರಮೀ ತೀರ್ಥಸೇವಕಃ ।
ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ವಾಸರೇ ವಿಷ್ಣೋಃ ಶ್ವಪಚಾದಧಿಕೋ ಹಿ ಸಃ ॥ – ಸ್ಕಾಂದಪುರಾಣ

ಬಿಸಜನಾಭನ ದಿವಸ ಮಾಡದಿದ್ದವ ಹೊಲೆಯ । – ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರು

೨. ಧರ್ಮಭೂಷಣಃ –

ಪ್ರಾತರ್ಹರಿದಿನೇ ಲೋಕಾಸ್ತಿಷ್ಠಧ್ವಂ ಚೈಕಭೋಜನಾಃ ।
ಅಕ್ಷಾರಲವಣಾಃ ಸರ್ವೇ ಹವಿಷ್ಯಾನ್ನನಿಷೇವಿಣಃ ॥
ಅವನೀತಲ್ಪಶಯನಾಃ ಪ್ರಿಯಾಸಂಗಮವರ್ಜಿತಾಃ ।
ಸ್ಮರಧ್ವಂ ದೇವದೇವೇಶಂ ಪುರಾಣಪುರುಷೋತ್ತಮಮ್ ॥
ಸಕೃದ್ಭೋಜನಸಂಯುಕ್ತಾ ಹ್ಯುಪವಾಸೇ ಭವಿಷ್ಯಥ ।
ಅಕೃತಶ್ರಾದ್ಧನಿಚಯಾ ಜಲಪಿಂಡೋದಕಕ್ರಿಯಾಃ ॥ ಇತ್ಯಾದಿ ಅಧಿಕಂ ಕ್ವಚಿತ್ ॥

– ಇವು ನಾರದೀಯಪುರಾಣವಚನಗಳು ಎಂದು ನಿರ್ಣಯಸಿಂಧುವಿನಲ್ಲಿದೆ.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ನಿಷೇಧಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

೧೬. ಪೃಥಿವ್ಯಾಂ ಯಾನಿ ಪಾಪಾನಿ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾದಿಕಾನಿ ಚ ।
ಅನ್ನಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ತಿಷ್ಠಂತಿ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (ಶ್ಲೋ. ೧೮೧)

ಅ: ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯೆ ಮೊದಲಾದ ಯಾವ ಪಾಪಗಳು ಇರುವವೋ, ಅವೆಲ್ಲ-ವುಗಳೂ ಹರಿದಿನ ಬಂದಾಗ ಅನ್ನದಲ್ಲಿ ೧ನೆಲೆಸಿರುವವು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಅನ್ನ ನಿಷೇಧಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷಕಾರಣವನ್ನು ತಿಳಿಸಿರುವರು. ಅಂದು ಸಕಲಪಾಪಗಳೂ ಸಹ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿರುವುದರಿಂದ ಅಂದು ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಆಹಾರವೂ ವರ್ಜ್ಯ ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇಲ್ಲಿ ಅನ್ನ ಎಂದರೆ ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರ, ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ಮೊದಲಾಗಿ ಎಲ್ಲವೂ ವಿವಕ್ಷಿತ; ಎಂದರೆ ಅಂದು ಏನನ್ನೇ ತಿಂದರೂ, ಏನನ್ನೇ ಕುಡಿದರೂ ಪಾಪಘಟನೆ ನಿಶ್ಚಿತ ಎಂದು ಭಾವ. ಕೆಲವರು ಇದನ್ನು ತಪ್ಪಾಗಿ ತಿಳಿದು ಅನ್ನ ಭಕ್ಷಣೆಯೊಂದೇ ನಿಷಿದ್ಧ ಉಳಿದ ಆಹಾರವನ್ನು ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನಬಹುದು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವದುಂಟು. ಅದು ಶಾಸ್ತ್ರಸಮ್ಮತವಲ್ಲ;

ಒಂದೊಂದು ಅಗಳಿಗೆ ಕೋಟಿಕೋಟಿ ಕ್ರಿಮಿ । ಅಂದಿನ ಅನ್ನವು ನಾಯ್‌ಮಾಂಸವು ।
ಮಂದರಧರನ ದಿನದಲುಂಡ ನರರನ್ನು । ಹಂದಿಯ ಸುಡುವಂತೆ ಸುಡಿಸುವ ಯಮನು ।

– ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

೩) ಇಲ್ಲಿ ಹರಿವಾಸರ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಹರಿದಿನ ಏಕಾದಶಿ ಎಂಬ ಅರ್ಥದಂತೆ ದಶಮಿ ರಾತ್ರಿಯ ಹರಿವಾಸರ ದ್ವಾದಶಿಯ ಬೆಳಗಿನ ಹರಿವಾಸರಗಳೂ ಸಹ ವಿವಕ್ಷಿತ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಎಂದರೆ ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯ ಭೋಜನದಂತೆಯೇ ಪಾಪಕರ ಎಂದಾಗುವದು.

೧೭. ಮಹಾದೋಷಮಯಂ ಚಾನ್ನಮೇಕಾದಶ್ಯಾಂ ಭವೇದ್ ಯತಃ ।
ನ ದಾತವ್ಯಂ ನ ಭೋಕ್ತವ್ಯಂ ನ ಘ್ರಾತವ್ಯಂ ವಿಶೇಷತಃ । – ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ

---

* ಬೃಹನ್ನಾರದೀಯಪುರಾಣ (ಅ. ೨೧, ಶ್ಲೋ. ೮)

೧. ಪಾಪಾನಿ ಕಾನಿಚಿದ್ಯಾನಿ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾಸಮಾನಿ ಚ ।
ಅನ್ನಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ತಿಷ್ಠಂತಿ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ।
ತಾನಿ ಪಾಪಾನ್ಯುಪಾಶ್ನಾತಿ ಭುಂಜಾನೋ ಹರಿವಾಸರೇ ॥ – ನಾರದೀಯಪುರಾಣ
(ಇವು ದಿನತ್ರಯಮೀಮಾಂಸಾದಲ್ಲೂ, ಫಲಾರೀಶೇಷಾಚಾರ್ಯರ ನಿರ್ಣಯರತ್ನದಲ್ಲೂ ಉದ್ಧೃತ)

ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾ ಸುರಾಪಾನಂ ಸ್ತೇಯಂ ಗುರ್ವಂಗನಾಗಮಃ ।
ತಸ್ಮಿಂಸ್ತು ಭುಂಜತಃ ಪಾಪಾನ್ಯೇಕಸ್ಥಾನಿ ಭವತ್ಯುತ ।
ಯಾನಿ ಕಾನಿ ಚ ಪಾಪಾನಿ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾದಿಕಾನಿ ಚ ।
ಅನ್ನಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ತಿಷ್ಠಂತಿ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ॥ – ವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥೀಯ

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರವು ಮಹಾದೋಷಗಳಿಂದ ತುಂಬಿರುತ್ತದೆ: ಆದ್ದರಿಂದ ಅನ್ನವನ್ನು ಆ ದಿನ ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಕೊಡಕೂಡದು; ತಾನೂ ತಿನ್ನಕೂಡದು; ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ? ಆ ದಿನ ಅನ್ನದ ವಾಸನೆಯೂ ಸಹ ಮಹಾ ಪಾಪಕರ.

ಮಾನವರಿಗೆಲ್ಲ ಏಕಾದಶಿಯು ಕಡ್ಡಾಯ

೧೮. [೧]ಬ್ರಹ್ಮಚಾರೀ ಗೃಹಸ್ಥೋ ವಾ ವಾನಪ್ರಸ್ಥೋ ಯತಿಸ್ತಥಾ ।
ಬ್ರಾಹ್ಮಣಃ ಕ್ಷತ್ರಿಯೋ ವೈಶ್ಯಃ ಶೂದ್ರೋ ಭರ್ತೃಮತೀ ತಥಾ ॥

೧೯. ಅಭರ್ತೃಕಾ ತಥಾಽನ್ಯೇ ವಾ ಸೂತವೈದೇಹಿಕಾಯಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೫೩, ೧೫೪)

ಅ: ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿಯಾಗಲಿ, ಗೃಹಸ್ಥನಾಗಲಿ, ವಾನಪ್ರಸ್ಥನಾಗಲಿ, ಸನ್ಯಾಸಿಯಾಗಲಿ, ಅದರಂತೆಯೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗಲಿ, ಕ್ಷತ್ರಿಯನಾಗಲಿ, ವೈಶ್ಯನಾಗಲಿ, ಶೂದ್ರನಾಗಲೀ, ಪತಿಯಿರುವವಳಾಗಲೀ, ಇಲ್ಲದವಳಾಗಲೀ ಅದರಂತೆಯೇ ಸೂತರು ವೈದೇಹಿಕರು ಮೊದಲಾದವರಾಗಲೀ ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷ ಎಂಬ ಎರಡು ಪಕ್ಷಗಳಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನಲೇಕೂಡದು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವರು. ಇದರಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರಿ ಗೃಹಸ್ಥ ವಾನಪ್ರಸ್ಥ ಮತ್ತು ಯತಿ ಎಂಬ ನಾಲ್ಕು ಆಶ್ರಮದವರೂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಕ್ಷತ್ರಿಯ ವೈಶ್ಯ ಮತ್ತು ಶೂದ್ರ ಎಂಬ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಣದವರೂ ಅದರಂತೆ ಸಕಲಸ್ತ್ರೀಯರೂ, ಸೂತರೂ ಮೊದಲಾದ ಸಂಕರ ಜಾತಿಯವರೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂದು ಅರ್ಥವಾಗುವದು.

---

೧. ಕ್ಷತ್ರಿಯಾದ್ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯಾಂ ಜಾತಃ ಸೂತಃ । ವೈಶ್ಯಾದ್ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯಾಂ ಜಾತಃ ವೈದೇಹಿಕಃ । ಶೂದ್ರಾದ್ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯಾಂ ಜಾತಶ್ಚಂಡಾಲಃ ॥ – ಉಮರ್ಜೀ ಪ್ರಹ್ಲಾದಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯರು

ಗೃಹಸ್ಥೋ ಬ್ರಹ್ಮಚಾರೀ ವಾ ಆಹಿತಾಗ್ನಿರ್ಯತಿಸ್ತಥಾ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ಆಗ್ನೇಯಪುರಾಣ

ವರ್ಣಾನಾಮಾಶ್ರಮಾಣಾಂ ಚ ಸ್ತ್ರೀಣಾಂ ಚ ವರವರ್ಣಿನಿ ।
ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸಸ್ತು ಕರ್ತವ್ಯೋ ನಾತ್ರ ಸಂಶಯಃ ॥ – ಪಾದ್ಮೋತ್ತರಪುರಾಣ

ನ ಶೈವೋ ನ ಸೌರೋ ವಾ ನಾಶ್ರಮೀ ತೀರ್ಥಸೇವಕಃ ।
ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ವಾಸರೇ ವಿಷ್ಣೋಃ ಶ್ವಪಚಾದಧಿಕೋ ಹಿ ಸಃ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸಶ್ಚ ಸರ್ವೇಷಾಂ ಸರ್ವದಾ ಭವೇತ್ ।
ಯತ್ ಕಿಂಚಿಚ್ಚ ನ ಭಕ್ಷೇತ ಶುಭೇಪ್ಸುಃ ಸರ್ವಥಾ ದಿನೇ ।
ತಸ್ಮಿಂಸ್ತು ಮೃತಿಪರ್ಯಂತಂ ರೋಗಾಭಾವೇ ಪುಮಾನ್ ಕ್ವಚಿತ್ ॥

– ವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥೀಯ (೩/೧೭೬)

೨) ಒಟ್ಟಾಗಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಸಕಲ ಮಾನವರಿಗೂ ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ವಿಹಿತವಾದ ವ್ರತ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ.

೩) **ಭರ್ತೃಮತೀ** ಎಂದರೆ ಸುಮಂಗಲಿ ಸ್ತ್ರೀಯೆಂದರ್ಥ. **ಅಭರ್ತೃಕಾ** ಎಂಬದಕ್ಕೆ ಪತಿಯಿಲ್ಲ-ದವಳು, ಎಂದರೆ ಇನ್ನೂ ವಿವಾಹಿತಳಾಗದ ಕನ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಪತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಸ್ತ್ರೀ ಎಂಬ ಎರಡು ಅರ್ಥಗಳೂ ವಿವಕ್ಷಿತ; ಇದರಿಂದ ಕನ್ಯೆಯರು, ಮುತ್ತೈದೆಯರು, ವಿಧವೆಯರು ಎಂಬದಾಗಿ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ತಪ್ಪದೇ ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂದಾಗುವದು.

೪) ಕೆಲವು ವ್ರತಗಳಿಗೆ ಸುಮಂಗಲಿಯರು ಅಧಿಕಾರಿಗಳಲ್ಲ. ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು ವ್ರತಗಳಿಗೆ ಕನ್ಯೆಯರು ಅಧಿಕಾರಿಗಳಲ್ಲ. ವರದಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀ ಮೊದಲಾದ ಕೆಲವು ವ್ರತಗಳಿಗೆ ವಿಧವೆಯರು ಅಧಿ-ಕಾರಿಗಳಲ್ಲ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸರ್ವರೂ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ವಿಶೇಷಾಂಶ.

೫) ಸೂತ, ವೈದೇಹಿಕರು ಎಂಬ ಪದಗಳು ಅನುಲೋಮ ಪ್ರತಿಲೋಮ ಎಂಬ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಸಂಕರಜಾತಿಯ ಸ್ತ್ರೀಪುರುಷರಿಗೂ ಉಪಲಕ್ಷಕ. ಇದರಿಂದ ಜಾತಿಭ್ರಷ್ಟರಾದವರೂ ಸಹ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಶೇಷವಿಧಿ ಸೂಚಿತ.

ಏಕಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ವಯೋಮಾನ

೨೦. ಅಷ್ಟವರ್ಷಾಧಿಕೋ ಯಸ್ತು ಹ್ಯಶೀತಿರ್ನಹಿ ಪೂರ್ಯತೇ ।
ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಮಾನವಃ ಪಾಪೋ ವಿಷ್ಣೋರಹನಿ ಚಾಗತೇ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೮೨)

ಅ: ಯಾವನಿಗೆ ಎಂಟುವರ್ಷಗಳು ತುಂಬಿವೆಯೋ, ಎಂಭತ್ತು ವರ್ಷಗಳು ಇನ್ನೂ ತುಂಬಿಲ್ಲವೋ ಅಂತಹ ಮಾನವನು ವಿಷ್ಣುವಿನ ದಿನವಾದ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಪಾಪಿ ಎನ್ನಿಸುವನು.

ವಿ: ೧) ಎಂಟುವರ್ಷದಿಂದ ಎಂಭತ್ತು ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಏಕಾದಶಿ ಉಪವಾಸ ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂದರ್ಥ. ಎಂಟು ವರ್ಷ ತುಂಬದವರೂ, ಎಂಭತ್ತು ತುಂಬಿದವರೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಶೇಷವಚನಗಳೂ ಉಂಟು. ಎಂಟು ವರ್ಷದ ಮುನ್ನ ಹಾಗೂ ಎಂಭತ್ತು ವರ್ಷದ ಅನಂತರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲದಿರುವದರಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗಿನ ವಿನಾಯಿತಿ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟಿರುವದು ಎಂದು ಇದರಿಂದ ತಿಳಿಯುವದು:

ಅಷ್ಟಾವರ್ಷಾಧಿಕೋ ಮರ್ತ್ಯೋ ಹ್ಯಶೀತಿನ್ಯೂನವತ್ಸರಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಮುಪವಸೇತ್ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ಕಾತ್ಯಾಯನಸ್ಮೃತಿ

ನನು ಬಾಲವೃದ್ಧಾತುರಾದೀನಾಂ ಉಪವಾಸಕರಣಸ್ಯಾಶಕ್ಯತ್ವಾತ್ ತೇಷಾಂ ಕಥಮುಪವಾಸ ಇತ್ಯತಸ್ತತ್ರ ವ್ಯವಸ್ಥಾಂ ದರ್ಶಯನ್ ತತ್ರ ಭೋಜನೇ ದೋಷಮಾಹ ರುಕ್ಮಾಂಗದಃ – ಅಷ್ಟವರ್ಷೇತಿ॥

–(ಸ್ಮೃ.ಕೃ.)

೨) ಎಂಭತ್ತುತುಂಬಿದ ನಂತರವೂ ಸಹ ವಿವೇಕಿಗಳಾದವರು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವನ್ನು ತೊರೆಯಲಾರರು. ಅವರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಪುಣ್ಯ ಪ್ರಾಪ್ತಿ ಎಂಬದು ಅದರ ಫಲ. ಅವರಿಗೂ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವು ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂಬ ಮಾತು ಮುಂದೆ ಬಂದಿದೆ.

೩) ಇದರಂತೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಬಾಣಂತಿಯರು, ರೋಗಿಗಳು ಕಾರಣಾಂತರಗಳಿಂದ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಳಲಿದವರು ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಪೂರ್ಣೋಪವಾಸ ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹದು ಎಂಬ ಮಾತು ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿದೆ. ಅವರೂ ಸಹ ವಿಶೇಷ ಮನೋದಾರ್ಢ್ಯ ಮೊದಲಾದವುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಪೂರ್ಣೋಪವಾಸ ಮಾಡುವದು ಹೆಚ್ಚು ಪುಣ್ಯಕರ:

> **ನಿತ್ಯಂ ಸದಾ ಯಾವದಾಯುರ್ನ ಕದಾಚಿದತಿಕ್ರಮೇತ್ ।**
> **ಉಪೇತಾತಿಕ್ರಮೇ ದೋಷಶ್ರುತೇರತ್ಯಾಗನೋದನಾತ್ ॥**
> **ಫಲಾಶ್ರುತೇರ್ವೀಪ್ಸಯಾ ಚ ತನ್ನಿತ್ಯಮಿತಿ ಕೀರ್ತಿತಮ್ ॥** — ವಾಚಸ್ಪತಿ

೪) ಎಂಟು ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನವರು ಮತ್ತು ಎಂಭತ್ತುವರ್ಷ ಮೀರಿದವರು ಸಹ ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನಕೂಡದು. ಅನಿವಾರ್ಯಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಅವರು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹದಾದ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಅದರ ಪ್ರಮಾಣಗಳ ವಿವರ ಮುಂದೆ(ಶ್ಲೋ. ೨೩ - ೨೪ ರಲ್ಲಿ) ಬಂದಿದೆ.

ಏಕಾದಶಿಯು ಆಜೀವ ಕರ್ತವ್ಯ

೨೧. ದ್ವಾದಶೀ ನ ಪ್ರಮೋಕ್ತವ್ಯಾ ಯಾವದಾಯುಃ ಪ್ರವರ್ತತೇ ।
ಅರ್ಚನೀಯೋ ಹೃಷೀಕೇಶೋ ವಿಶುದ್ಧೇನಾಂತರಾತ್ಮನಾ ॥

— ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೮೬)

ಅ: ಆಯುಷ್ಯ ಇರುವವರೆಗೂ ದ್ವಾದಶಿಯನ್ನು ಬಿಡಕೂಡದು. ಹೃಷೀಕೇಶನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯನ್ನು ವಿಶುದ್ಧವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪೂಜಿಸಲೇಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಹಿಂದೆ ಎಂಭತ್ತು ತುಂಬುವವರೆಗೂ ಏಕಾದಶಿ ಉಪವಾಸ ಎಂಬ ಮಾತು ಬಂದಿತ್ತು. ಅದರ ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಣವಾಗಿ ಈ ಶ್ಲೋಕವಿದೆ. ಇದರಂತೆ ಎಂಭತ್ತು ತುಂಬಿದ ಅನಂತರವೂ ಆಯುಷ್ಯ ಇರುವವರೆಗೂ ಏಕಾದಶಿಯು ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂದಾಗುವದು.

೨) ಹೃಷಿಕೇಶನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪೂಜೆಯೂ ಸಹ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸದಂತೆ ಆಯುಷ್ಯ-ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮಾಡಲೇಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯಕಾರ್ಯ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವು ಇಲ್ಲಿದೆ.

೩) ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಯೂ ತಪ್ಪಕೂಡದು :

> **ಏಕದಾಽಪಿ ಚ ಯೋ ಹನ್ಯಾದ್ವ್ರತಮೇತನ್ನರಾಧಮಃ ।**
> **ಸ ಕಲ್ಪಮಾತ್ರಂ ನರಕೇ ರೌರವೇ ಪತತಿ ಧ್ರುವಮ್ ॥** — ವರಾಹಪುರಾಣ

೪) ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸದಂತೆ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಪಾರಣೆಯೂ ಸಹ ಸಕಲರಿಗೂ ಜೀವನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂಬ ಅರ್ಥವೂ ಇಲ್ಲಿ ವಿವಕ್ಷಿತ.

೨೨. ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸಶ್ಚ ಸರ್ವೇಷಾಂ ಸರ್ವತೋ ಭವೇತ್ ।
ಯತ್ಕಿಂಚನ ನ ಭಕ್ಷೇತ ಶುಭೇಪ್ಸುಃ ಸರ್ವಥಾ ದಿನೇ ॥
ತಸ್ಮಿಂಸ್ತು ಮೃತಿಪರ್ಯಂತಂ ರೋಗಾಭಾವೇ ಪುಮಾನ್ ಕ್ವಚಿತ್ ॥

– ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥಕೃತ ಸನ್ನ್ಯಾಸಪದ್ಧತಿ (ಶ್ಲೋ. ೧೭೩)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡಬೇಕಾದ ವಿಧಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಒಳಿತನ್ನು ಬಯಸುವ ಮನುಷ್ಯನು ರೋಗಾದಿ ಆಪತ್ತುಗಳ ಒತ್ತಡವಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆ ದಿನ ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನಲೇಕೂಡದು. ಈ ವ್ರತವನ್ನು ಅವನು ಬದುಕಿರುವವರೆಗೂ ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು.

ಅಶಕ್ತರು ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಸ್ವೀಕರಿಸಬಹುದಾದ ಆಹಾರ

೨೩. ಖರ್ಜೂರಂ ನಾರೀಕೇಳಂ ಚ ಪ್ರಿಯಾಲಪನಸಾದಿಕಮ್ ।
ಆಮ್ರಂ ಚ ಕದಲೀ ದ್ರಾಕ್ಷಾ ಕ್ಷೀರಂ ದಧಿ ಘೃತಂ ತಥಾ ॥

೨೪. ಅನಿಷಿದ್ಧಾನಿ ಮೂಲಾನಿ ತಥಾ ಕಂದಾದಿಕಂ ಚ ಯತ್ ।
ವಿನೋದಕೇನ ಯತ್ ಪಕ್ವಂ ಧಾನ್ಯಂ ಯಚ್ಚ ಘೃತಾದಿನಾ ॥

೨೫. ಏತಾನಿ ಫಲಸಂಜ್ಞಾನಿ ಯೋಽತ್ಯಶಕ್ತೋ ದಿನೇ ಮಮ ।
ಪಾದಶೋಽಶ್ನಾತಿ ಯಸ್ತೃಪ್ತೇಃ ಸಂಪೂರ್ಣಂ ತತ್ಫಲಂ ಲಭೇತ್ ॥

– ಪದ್ಮಪುರಾಣ

ಅ: ಖರ್ಜೂರ, ತೆಂಗು, ಪ್ರಿಯಾಲ(ಚಾರಬೀಜ), ಹಲಸು, ಮಾವು, ಬಾಳೆ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಮೊದಲಾದ ಹಣ್ಣುಗಳು; ಹಾಲು, ಮೊಸರು, ತುಪ್ಪ, ನಿಷಿದ್ಧವಲ್ಲದ ಗಡ್ಡೆಗೆಣಸುಗಳು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಬೇಯಿಸದ ಧಾನ್ಯ, ಹುರಿದದ್ದು ಕರಿದದ್ದು ಇವುಗಳಿಗೆ 'ಫಲ' ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇವನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬುವಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದ ಕಾಲುಭಾಗದಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಅಶಕ್ತ-ರಾದವರು(ಮಾತ್ರ) ತಿನ್ನಬಹುದು; ಆದರಿಂದ ವ್ರತದ ಫಲಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯುಂಟಾಗುವದಿಲ್ಲ.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಫಲಾಹಾರ ಮಾಡಬಹದಾದ ಅಶಕ್ತರು

೨೬. ಯದ್ಯಶಕ್ತೋಽತಿವೇಲಂ ಸ್ಯಾದುಪವಾಸಕೃತೌ ನರಃ ।
ಗರ್ಭಿಣೀ ಸೂತಿಕಾ ಬಾಲಾ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರಾಕೃತಶ್ರಮಃ ॥
ಸ ಪಾದಮಾತ್ರಂ ಕುರ್ವೀತ ತೃಪ್ತ್ಯರ್ಥಂ ಫಲಭಕ್ಷಣಮ್ ॥

– ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಗರ್ಭಿಣಿಯರು, ಬಾಣಂತಿಯರು, ಮಕ್ಕಳು(ಎಂಟು ವರ್ಷ ತುಂಬದವರು) ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ ಮಾಡಿ ಬಳಲಿಬಂದವರು ಮತ್ತು ಇತರ ಅನಿವಾರ್ಯ ಕಾರಣಗಳಿಂದ

ಉಪವಾಸ ಮಾಡಲು ಅತ್ಯಂತ ಅಸಮರ್ಥರಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಹೊಟ್ಟೆತುಂಬುವ ಕಾಲುಭಾಗ-ದಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ 'ಫಲ'ಗಳನ್ನು ಆಹಾರವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಅನ್ನವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಸರ್ವಥಾ ತಿನ್ನಕೂಡದು

೨೭. ಸರ್ವಥಾ ನಾನ್ನಮಶ್ನೀಯಾನ್ಮ್ರಿಯಮಾಣೋಽಪಿ ವೈಷ್ಣವಃ ।
ಮಹಾಪದ್ಯಪಿ ಯೋಽಶ್ನೀಯಾದನ್ನಮೇಕಾದಶೀದಿನೇ ।
ತಸ್ಯಾಪರಾಧಂ ನ ಸಹೇ ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯಾದಿಪ್ರಾರ್ಥಿತೋಽಪಿ ಸನ್ ॥ –ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಎಂತಹ ಪ್ರಸಂಗ ಬಂದರೂ, ಪ್ರಾಣವೇ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನಕೂಡದು; ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯಾದಿದೇವತೆಗಳು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದರೂ ಕೂಡ ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನುವ ಆ ಪಾಪವನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನು ಕ್ಷಮಿಸುವದಿಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯಾದಿ ಪರಮವೈಷ್ಣವರು ಅಂತಹ ಪಾಪಿಯನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸಲು ಭಗವಂತನಲ್ಲಿ ಸರ್ವಥಾ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾರರು ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ಮುಖ್ಯಭಾವ.

೨) ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿದವನಿಗೂ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನುವವನಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಯಾವ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವೂ ಇಲ್ಲ. ಮದ್ಯಪಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದವನು ಮಾತ್ರ ನರಕ ಹೊಂದಿದರೆ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನುವವನು ತಾನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ತನ್ನ ಪಿತೃಗಳನ್ನೂ ನರಕಕ್ಕೆ ಹಾಕುವನು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವು ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ:

ನಿಷ್ಕೃತಿರ್ಮದ್ಯಪಸ್ಯೋಕ್ತಾ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರೇ ಮನೀಷಿಭಿಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯನ್ನಕಾಮಸ್ಯ ನಿಷ್ಕೃತಿಃ ಕ್ವಾಪಿ ನೋದಿತಾ ॥
ಮದ್ಯಪಾನಾತ್ ಮುನಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಪಾತ್ಯೈವ ನರಕಂ ವ್ರಜೇತ್ ।
ಏಕಾದಶ್ಯನ್ನಕಾಮಸ್ತು ಪಿತೃಭಿಃ ಸಹ ಮಜ್ಜತಿ ॥ – ಸನತ್ಕುಮಾರಸಂಹಿತಾ

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನಕೂಡದ 'ಅನ್ನ'ದ ಲಕ್ಷಣ

೨೮. ತಂಡುಲೋಽಗ್ನ್ಯಂಬುಸಂಯೋಗಾತ್ ಪಿಷ್ಟಂ ಲವಣಯೋಗತಃ ।
ಫಲಂ ತ್ರಿತಯಸಂಯೋಗಾತ್ ಅನ್ನಂ ಭವತಿ ತತ್ಕ್ಷಣಾತ್ ॥ –ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ನೀರು ಮತ್ತು ಬೆಂಕಿಗಳ ಸಂಯೋಗದಿಂದ ಧಾನ್ಯ, ಉಪ್ಪಿನ ಮಿಶ್ರಣದಿಂದ ಹಿಟ್ಟು, ನೀರು ಬೆಂಕಿ ಮತ್ತು ಲವಣ ಈ ಮೂರರ ಸಂಯೋಗದಿಂದ ಫಲ ಇವೆಲ್ಲ ತತ್ಕ್ಷಣವೇ 'ಅನ್ನ' ಎನ್ನಿಸಿಬಿಡುತ್ತವೆ; ಇಂತಹ ಅನ್ನವನ್ನು ಎಂತಹ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ತಿನ್ನಕೂಡದು.

ವಿ: ಇದರಿಂದ ಬೇಯಿಸಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಮೊದಲಾದವುಗಳು ಸಹ ಏಕಾದಶಿ-ಯಂದು ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂದು ಸ್ಫುಟಪಡುವದು.

೨೯. ಮಾಷಂ ಚ ಲವಣಂ ಮಾಂಸಂ ಯೋऽಶ್ನೀಯಾತ್ ತಿಲಮಾತ್ರತಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತತಃ ಸರ್ವಂ ವ್ರತಂ ನಿಷ್ಫಲತಾಂ ವ್ರಜೇತ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಎಳ್ಳುಕಾಳಿನಷ್ಟಾದರೂ ಉದ್ದು, ಉಪ್ಪು, ಮಾಂಸ – ಇವುಗಳನ್ನು ತಿಂದಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ನಿಷ್ಫಲವೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ.

ವಿ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉದ್ದು, ಉಪ್ಪುಗಳಂತೆ ಮಾಂಸವೂ ಸರ್ವಥಾ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬ ಮಾತಿನಿಂದ ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳಿಗೂ ಏಕಾದಶಿಯು ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವದು.

ಶಕ್ತರು ಅಶಕ್ತರಂತೆ ವರ್ತಿಸಕೂಡದು

೩೦. ಯದಿ ಶಕ್ತೋऽಪಿ ಗೃಹ್ಣೀಯಾದೇತಾನ್ಯೇಕಾದಶೀದಿನೇ ।
ಯಥಾ ತೃಪ್ತಿಸ್ತಥಾ ಹಾನಿರ್ವ್ರತಸ್ಯ ಹಿ ಭವೇದ್ಧ್ರುವಮ್ ॥

೩೧. ಯೋ ಹಿ ಶಕ್ತೋऽಪಿ ಕುರ್ವೀತ ವ್ರತಹಾನಿಂ ನರಾಧಮಃ ।
ಮಮ ದ್ರೋಹೋ ಭವೇತ್ತಸ್ಯ ನರಕಂ ಪ್ರತಿಪದ್ಯತೇ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮನುಷ್ಯನು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಫಲಗಳನ್ನೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಸೇವಿಸಕೂಡದು. ಆಹಾರದಿಂದ ತೃಪ್ತಿ ಹೊಂದುತ್ತ ಹೋದಂತೆಲ್ಲ ಅಂದಿನ ಪುಣ್ಯವು ಕ್ಷಯಿಸುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ; ಮತ್ತು ಅಂತಹ ಮನುಷ್ಯನು ವಿಷ್ಣುದ್ರೋಹಿ ಎನ್ನಿಸಿ ನರಕವನ್ನು ಹೊಂದಲೇಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಕ್ತನು ಅಶಕ್ತನಂತೆ ವರ್ತಿಸಿದರೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ

೩೨. ಫಲಾಹಾರಂ ತು ಯಃ ಕುರ್ಯಾಚ್ಛಕ್ತೋऽಪಿ ಹಿ ಹರೇರ್ದಿನೇ ।
ನಮಸ್ಕಾರಾಯುತಂ ತಸ್ಯ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಂ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಮ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಶಕ್ತನಾಗಿದ್ದೂ ಅಶಕ್ತನಂತೆ ಫಲಾಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವವನು ಆ ಪಾಪದ ಪರಿಹಾರಕ್ಕಾಗಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಹತ್ತುಸಾವಿರ ಬಾರಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.

೩೩. ಜ್ಞಾತ್ವಾऽನ್ನಮಶ್ನೀಯಾತ್ ಮಾಷಂ ಚ ಲವಣಂ ಫಲಮ್ ।
ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪೋ ಭವೇದ್ಯಸ್ಯ ದ್ವಿಗುಣಂ ತತ್ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಮ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ತಿಳಿದೂ ಅನ್ನ, ಉದ್ದು, ಲವಣಗಳನ್ನಾಗಲೀ, ಶಕ್ತಿಯಿದ್ದೂ ಫಲಾಹಾರವನ್ನಾಗಲೀ ಸ್ವೀಕರಿಸುವವನು ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವನ್ನು ಎರಡರಷ್ಟು ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ವಿ: ಅನ್ನ, ಉದ್ದು, ಲವಣಾದಿಗಳನ್ನು ತಿಂದಲ್ಲಿ ಇಪ್ಪತ್ತು ಸಾವಿರ ಬಾರಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

ಒಮ್ಮೆಯೂ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ತಪ್ಪಕೂಡದು

೩೪. **ಏಕದಾಽಪಿ ಚ ಯೋ ಹನ್ಯಾದ್ ವ್ರತಮೇತನ್ನರಾಧಮಃ ।**
ಸ ಕಲ್ಪಮಾತ್ರಂ ನರಕೇ ರೌರವೇ ಪತತಿ ಧ್ರುವಮ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಒಂದುಬಾರಿ ತಪ್ಪುವ ಮನುಷ್ಯನು ಸಹ ಒಂದು ಕಲ್ಪ ಪರ್ಯಂತ ರೌರವನರಕದಲ್ಲಿ ಬೀಳುವನು.

ವಿ: ೧) ಕಲ್ಪವು ಮನುಕಲ್ಪ, ದಿನಕಲ್ಪ, ಬ್ರಹ್ಮಕಲ್ಪ ಎಂದು ಅನೇಕಬಗೆ.

೨) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕಾರ ಮಹಾ ಅನರ್ಥಕರ ಎಂದರ್ಥ :

ನ ಕರೋತಿ ಹಿ ಯೋ ಮೂಢಃ ಏಕಾದಶ್ಯಾಮುಪೋಷಣಮ್।
ಸ ನರೋ ನರಕಂ ಯಾತಿ ರೌರವಂ ತಮಸಾಽಽವೃತಮ್ ॥
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ಮುನಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಮೂಢಚೇತನಃ ।
ಪ್ರತಿಮಾಸಂ ಸ ಭುಂಕ್ತೇ ತು ಕಿಲ್ಬಿಷಂ ಶ್ವಾದಿವಿಟ್ಸಮಮ್ ॥ – **ಸನತ್ಕುಮಾರಸಂಹಿತಾ**

ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ತಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ

೩೫. **ಅಜ್ಞಾನಾದ್ವಾ ಪ್ರಮಾದಾದ್ವಾ ಯೋಽಶ್ನಾತ್ಯನ್ನಂ ಹರೇರ್ದಿನೇ ।**
ನಮಸ್ಕಾರಸ್ಯ ಲಕ್ಷಂ ತತ್ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಂ ಪ್ರಕೀರ್ತಿತಮ್ ॥
ದಶ ಗಾವೋಽಥವಾ ದೇಯಾ ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಾನಿ ವಾ ದಶ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಅಜ್ಞಾನದಿಂದಾಗಲೀ ಪ್ರಮಾದದಿಂದಾಗಲೀ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಅನ್ನ ತಿನ್ನುವ ಮನುಷ್ಯನು ಆ ಪಾಪದ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ಲಕ್ಷ ಬಾರಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು; ಇಲ್ಲವೇ ಹತ್ತುಗೋವುಗಳನ್ನು ದಾನಮಾಡಬೇಕು ಅಥವಾ ಹತ್ತು ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ವಿ: ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯವೆಂದರೆ ಏಕಪತ್ನೀವ್ರತಸ್ಥನಾಗಿದ್ದು ಋತುಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಸ್ತ್ರೀಸಂಗ ಮಾಡುವ ವಿಶೇಷನಿಯಮ ಎಂದು ಭಾಗವತತಾತ್ಪರ್ಯದಲ್ಲಿದೆ (೩/೧೩/೪೨) :

'ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಂ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಮೇಕಭಾರ್ಯರ್ತುಗಾಮಿತಾ' ಇತಿ ವ್ಯಾಸಸ್ಮೃತೌ ॥

ಸೂತಕಾದಿಗಳಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಬಿಡಕೂಡದು.

೩೬. **ಸೂತಕೇ ಮೃತಕೇ ವಾಽಪಿ ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭೋಜನಮ್ ।**
ಕುರ್ಯಾದ್ರಜೋದರ್ಶನೇಽಪಿ ನಾರೀ ವಾಽಪಿ ನರೋಽಪಿ ವಾ ॥

– ಸ್ಮೃತಿ(ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ)

ಅ: ಸೂತಕ, ವೃದ್ಧಿ(ಜನನಾಶೌಚ) ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲೂ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಕೂಡದು; ಸ್ತ್ರೀಯರು ರಜಸ್ವಲೆಯರಾದಾಗಲೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು.

ವಿ: [1]ಸೂತಕಾದಿಗಳು ಒದಗಿದಾಗ ಗಣೇಶವ್ರತ, ವರಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮೀವ್ರತ, ಅನಂತವ್ರತ, ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕವ್ರತ ಮೊದಲಾದ ವ್ರತಗಳನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅಂತಹ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ತಪ್ಪದೆ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ವಿಶೇಷಾಂಶ.

ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಮಾಡದ ಬಂಧುಗಳೂ ದಂಡ್ಯರು

೩೭. ಪಿತಾ ವಾ ಯದಿ ವಾ ಪುತ್ರೋ ಭಾರ್ಯಾ ವಾಽಪಿ ಸುಹೃಜ್ಜನಃ ।
ಪದ್ಮನಾಭದಿನೇ ಭುಂಕ್ತೇ ನಿಗ್ರಾಹ್ಯೋ ದಸ್ಯುವದ್ಭವೇತ್[2] ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೮೩)

ಅ: ತಂದೆ ಇರಲಿ, ಮಗನಿರಲಿ, ಹೆಂಡತಿಯಿರಲಿ, ಮಿತ್ರಜನರೇ ಇರಲಿ ಪದ್ಮನಾಭನಾದ ಶ್ರೀಹರಿಯ ದಿನದಂದು ತಿಂದಲ್ಲಿ ಅವರನ್ನು ಕಳ್ಳರಂತೆ ದಂಡನೆಗೆ ಗುರಿಮಾಡಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡದವರು ಹಿರಿಯರೇ ಆಗಲಿ, ಕಿರಿಯರೇ ಆಗಲಿ ಶಿಕ್ಷಾರ್ಹರು ಎಂದರ್ಥ. ಕಳ್ಳನಾದವನು ಯಾರೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ಅಪರಾಧಕ್ಕೆ ತಕ್ಕ ದಂಡನೆ ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ; ಮಹಾಭಾರತದ ಶಂಖಲಿಖಿತೋಪಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕಳ್ಳತನ ಮಾಡಿದ ತನ್ನ ತಮ್ಮ ಲಿಖಿತನಿಗೆ ಶಂಖಮುನಿ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಿದ ಪ್ರಸಂಗವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬಹುದು.

---

೧. ಸೂತಕೇ ಚ ನರಃ ಸ್ನಾತ್ವಾ ಪ್ರಣಮ್ಯ ಮನಸಾ ಹರಿಮ್ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ವ್ರತಮೇವಂ ನ ಲುಪ್ಯತೇ ॥
ಮೃತಕೇ ಚ ನ ಭುಂಜೀತ ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ಸದಾ ನರಃ ।
ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಸಮಶ್ನೀಯಾತ್ ಸ್ನಾತ್ವಾ ವಿಷ್ಣುಂ ಪ್ರಣಮ್ಯ ಚ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ನಾರೀ ದೃಷ್ಟೇ ರಜಸ್ಯಪಿ ॥ – ಪುಲಸ್ತ್ಯಃ

ಸಂಪ್ರವೃತ್ತೇಽಪಿ ರಜಸಿ ನ ತ್ಯಾಜ್ಯಂ ದ್ವಾದಶೀವ್ರತಮ್ ॥ – ಋಷ್ಯಶೃಂಗಃ

ಏಕಾದಶೀ ಸದೋಪೋಷ್ಯಾ ಪಕ್ಷಯೋಃ ಶುಕ್ಲಕೃಷ್ಣಯೋಃ । – ಸನತ್ಕುಮಾರಸಂಹಿತಾ

ಪ್ರಾರಬ್ಧದೀರ್ಘತಪಸಾಂ ನಾರೀಣಾಂ ಚೇದ್ರಜೋ ಭವೇತ್ ।
ನ ತತ್ರಾಪಿ ವ್ರತಸ್ಯ ಸ್ಯಾದುಪರೋಧಃ ಕದಾಚನ ॥ – ಸತ್ಯವ್ರತ

ಪರಾಮಾಪದಮಾಪನ್ನೋಽಹರ್ಷೇ ವಾ ಸಮುಪಸ್ಥಿತೇ ।
ಸೂತಕೇ ಮೃತಕೇ ಚೈವ ನ ತ್ಯಜೇದ್ ದ್ವಾದಶೀವ್ರತಮ್ ॥ – ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ

ಪರಮಾಪದಮಾಪನ್ನೋಽಹರ್ಷೇ ವಾ ಸಮುಪಸ್ಥಿತೇ ।
ನೈಕಾದಶೀಂ ತ್ಯಜೇದ್ಯಸ್ತು ಯಸ್ಯ ದೀಕ್ಷಾಽಸ್ತಿ ವೈಷ್ಣವೀ ॥
ಸಮಾತ್ಮಾ ಸರ್ವಜೀವೇಷು ಸದಾಚಾರಾದವಿಚ್ಯುತಃ ।
ವಿಷ್ಣ್ವರ್ಪಿತಾಖಿಲಾಚಾರಃ ಸ ಹಿ ವೈಷ್ಣವ ಉಚ್ಯತೇ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

೨. ಜನಿತಾ ಚೋಪನೀತಾ ಚ ಯಸ್ತು ವಿದ್ಯಾಂ ಪ್ರಯಚ್ಛತಿ ।
ಅನ್ನದಾತಾ ಭಯತ್ರಾತಾ ಪಂಚೈತೇ ಪಿತರಃ ಸ್ಮೃತಾಃ ॥ – ಸ್ಮೃ.ಕೃ.

೨) ಇಂತಹ ಶಿಕ್ಷೆಯ ಬಗೆಯೂ ಸಹ ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯದಲ್ಲಿ ಬಂದಿರುವ ಭೀಮವಚನದಂತೆ ಉತ್ತಮರಿಗೆ ಮಾತಿನ ಶಿಕ್ಷೆ, ಮಧ್ಯಮರಿಗೆ ದಂಡ, ಚಿಕ್ಕವರಿಗೆ ದೇಹದಂಡನೆ ಎಂದು ಮೂರು ಬಗೆಯಾದದು ಎಂಬದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು:

ಉತ್ತಮೇ ವಚಸಾ ಶಿಕ್ಷಾ ಮಧ್ಯಮೇಽರ್ಥಾಪಹಾರಣಮ್ । ಅಧಮೇ ದೇಹದಂಡಶ್ಚ ... ।

೩) ಈ ಎರಡು ಶ್ಲೋಕಗಳು ನಾರದಪುರಾಣದಲ್ಲಿನ ರುಕ್ಮಾಂಗದ ವಚನಗಳು.

ಮಾಸದಲ್ಲಿನ ಎರಡೂ ಏಕಾದಶಿಗಳಂದು ಉಪವಾಸವು ಕರ್ತವ್ಯ

೩೮. ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಯೋ ಭುಂಕ್ತೇ ಮೋಹೇನಾವೃತಚೇತನಃ ।
ಶುಕ್ಲಾಯಾಮಥ ಕೃಷ್ಣಾಯಾಂ ನಿರಯಂ ಯಾತಿ ಸ ಧ್ರುವಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (೧೫೧)

ಅ: ಮೋಹದಿಂದ ಕವಿದ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗಿ ಯಾವನು ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ ಅಥವಾ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ತಿನ್ನುವನೋ, ಅವನು ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿಯೂ ನರಕ ಹೊಂದುವನು.

ಉಭಯಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶಿಗಳಂದು ಉಪವಾಸ ವಿಹಿತ

೩೯. ಯಥಾ ಗೌರ್ನೈವ ಹಂತವ್ಯಾ ಶುಕ್ಲಾ ಕೃಷ್ಣೇತಿ ಭಾಮಿನಿ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ[1] ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (೧೫೭)

ಅ: ಹೇಗೆ ಗೋವು ಬಿಳಿಯದೇ ಇರಲಿ, ಕಪ್ಪೇ ಇರಲಿ, ಸರ್ವಥಾ ಅವಧ್ಯವೆನ್ನಿಸುವದೋ, ಹಾಗೆ ಉಭಯಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶಿಯಂದೂ ಸಹ ಏನನ್ನೂ ತಿನ್ನಲೇ ಕೂಡದು.

ವಿ: ೧) ಎಲ್ಲ ಏಕಾದಶಿಗಳೂ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಅರ್ಹ ಎಂಬದನ್ನು ಹಸುವಿನ ದೃಷ್ಟಾಂತದಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಿರುವರು.

---

೧. ಯದೀಚ್ಛೇದ್ವಿಷ್ಣುಸಾಯುಜ್ಯಂ ಸುತಾನ್ ಸಂಪದಮಾತ್ಮನಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ

ಯದೀಚ್ಛೇದ್ವಿಷ್ಣುಸಾಯುಜ್ಯಂ ಶ್ರಿಯಂ ಸಂತತಿಮಾತ್ಮನಃ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ಕೂರ್ಮಪುರಾಣ

ಸಂಸಾರಸಾಗರೋತ್ತಾರಮಿಚ್ಛನ್ ವಿಷ್ಣುಪರಾಯಣಃ ।
ಐಶ್ವರ್ಯಂ ಸಂತತಿಂ ಸ್ವರ್ಗಂ ಮುಕ್ತಿಂ ವಾ ಯದ್ಯದಿಚ್ಛತಿ ॥
ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ಕಾತ್ಯಾಯನಸ್ಮೃತಿ

ಯದೀಚ್ಛೇದ್ವಿಪುಲಾನ್ ಭೋಗಾನ್ ಮುಕ್ತಿಂ ಚಾತ್ಯಂತದುರ್ಲಭಾಮ್ ।
ಏಕಾದಶ್ಯಾಮುಪವಸೇತ್ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

೨) ಹಸುವನ್ನು ಕೊಲ್ಲಕೂಡದು, ಹಿಂಸಿಸಕೂಡದು ಎಂಬ ಮಾತು ಬಿಳಿ ಕಪ್ಪು ಮೊದಲಾದ ಎಲ್ಲ ಹಸುಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವಂತೆ, ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಯಾವದೇ ಆಹಾರವನ್ನೂ ಸ್ವೀಕರಿಸಕೂಡದು ಎಂಬ ಮಾತು ಸಕಲ ಏಕಾದಶಿಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದರ್ಥ.

ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷಗಳ ಸಕಲ ಏಕಾದಶಿಗಳೂ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ವಿಹಿತ

೪೦. ತಸ್ಮಾಚ್ಛುಕ್ಲಮಥೋ ಕೃಷ್ಣಾಂ ಭರಣ್ಯಾದಿಯುತಾಮಪಿ ।
ಪ್ರತ್ಯವಾಯನಿಷೇಧಾರ್ಥಮುಪವಾಸೀತ ನಿತ್ಯಶಃ ।
ಪ್ರೀಣನಾರ್ಥಂ ಹರೇಶ್ಚಾಪಿ ವಿಷ್ಣುಲೋಕಸ್ಯ ಚಾಪ್ತಯೇ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೬೦)

ಅ: ಆದ್ದರಿಂದ ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ್ದೇ ಇರಲಿ, ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ್ದೇ ಆಗಿರಲಿ, ಭರಣಿ ಮೊದಲಾದ ನಕ್ಷತ್ರ-ಗಳ ಯೋಗ ಹೊಂದಿರಲಿ, ಪ್ರತ್ಯವಾಯ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆಂದು ಸದಾ ಸಕಲ ಏಕಾದಶಿಗಳಂದು ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುಪ್ರೀತಿಗೋಸ್ಕರವಾಗಿಯೂ, ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುಲೋಕದ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗೆಂದೂ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕಾರ ತುಂಬಾ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬ ಮಾತು ಎಲ್ಲದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಪ್ರಧಾನವಾದ್ದರಿಂದ ಯಾವದೇ ಕಾರಣದಿಂದಲೂ ಯಾವ ಏಕಾದಶಿಯಂದೂ ಸಹ ಉಪವಾಸದ ಆಚರಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಕೂಡದು ಎಂದು ತಾತ್ಪರ್ಯ.

೨) ಭರಣಿ ನಕ್ಷತ್ರ ಇದ್ದ ತಿಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬ ವಾಕ್ಯಗಳುಂಟು; ಅವು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುವದಿಲ್ಲ ಎಂದರ್ಥ.

೩.) ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶೀ, ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷದ ಏಕಾದಶೀ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಭಾಗಗಳಂತೆಯೇ ಚಾತು-ರ್ಮಾಸ್ಯದ ಏಕಾದಶೀ, ಪ್ರಥಮೈಕಾದಶೀ ಇತ್ಯಾದಿಯಾಗಿ ಪಕ್ಷಪಾತ ಮಾಡಿ ಆ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕು ಎಂದು ಭಾವಿಸುವದು ಸಹ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಿಗೆ ಸಂಮತವಲ್ಲ ಎಂಬದನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕು.

೪) ವರ್ಷದ ಸಕಲ ಏಕಾದಶಿಗಳಂದೂ ಸಹ ತಪ್ಪದೆ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ.

೫) ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ಕಡೆ ಕಂಡುಬರುವ 'ಏಕಾದಶೀಷು ಕೃಷ್ಣಾಸು ರವಿ ಸಂಕ್ರಮಣೇ ತಥಾ। ಚಂದ್ರಸೂರ್ಯೋಪರಾಗೇ ಚ ನ ಕುರ್ಯಾತ್ ಪುತ್ರವಾನ್ ಗೃಹೀ' ಮೊದಲಾದ ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿನ 'ಕೃಷ್ಣಾ' ಪದದ ಅರ್ಥವನ್ನು 'ಕೃಷ್ಣಾಂ ಮಲಿನಾಂ' ಕಾಮನೋಪ-ಹಿತಾಮಿತ್ಯರ್ಥಃ। ಅಥವಾ ಶುಕ್ಲಾ ಶುದ್ಧಾ ಅವಿದ್ಧೇತಿ ಯಾವತ್ । ಶುಕ್ಲಶಬ್ದಸ್ಯ ಚ ಶುದ್ಧಪರ್ಯಾಯತ್ವಂ ಶುಕ್ಲೋ ಮೌನೀತ್ಯಾದೌ ದೃಷ್ಟಮ್। ತಥಾ ಚ ಗೃಹೀ ಶುಕ್ಲಾಮೇವೋಪವಸೇನ್ನ ವಿದ್ಧಾಂ ಇತ್ಯರ್ಥಃ॥' ಎಂದು ಮುಂತಾಗಿ ಶ್ರೀರಾಘವೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿಗಳಶಿಷ್ಯ ಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯರು ತುಂಬಾ ಸುಂದರವಾಗಿ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಸಂತತಿ ಸಂಪತ್ತುಗಳ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣ

೪೧. ಪೂರ್ವವಿದ್ಧಾಂ ಪ್ರಕುರ್ವಾಣೋ ನರೋ ಧರ್ಮಾನ್ ನಿಕೃಂತತಿ ।
ಸಂತತೇಸ್ತು ವಿನಾಶಾಯ ಸಂಪದೋ ಹರಣಾಯ ಚ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ* (ಶ್ಲೋ. ೧೨೪)

ಅ: ದಶಮೀವಿದ್ಧವಾದ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಮಾನವನು ಧರ್ಮಗಳನ್ನು ಹಾಳುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವನು. ಅದು ಸಂತತಿಯ ವಿನಾಶಕ್ಕೂ ಸಂಪತ್ತಿನ ಕ್ಷಯಕ್ಕೂ ಕಾರಣವಾಗುವದು.

ವಿ: ೧) ಇಲ್ಲಿ 'ಪೂರ್ವವಿದ್ಧ' ಎಂದರೆ ಏಕಾದಶಿಯ ಹಿಂದಿನ ತಿಥಿಯಾದ ದಶಮೀತಿಥಿಯಿಂದ ವಿದ್ಧವಾದ ಎಂದರ್ಥ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಗಳು ಮುಂದೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಂದಿವೆ.

ಗಾಂಧಾರಿಯ ನೂರುಮಕ್ಕಳು ಸಾಯಲು ಕಾರಣ

೪೨. ದಶಮೀಶೇಷಸಂಯುಕ್ತಾ ಗಾಂಧಾರ್ಯಾ ಸಮುಪೋಷಿತಾ ।
ತಸ್ಯಾಃ ಪುತ್ರಶತಂ ನಷ್ಟಂ ತಸ್ಮಾತ್ ತಾಂ ಪರಿವರ್ಜಯೇತ್ ॥

– ಬ್ರಹ್ಮೋಕ್ತ ಯಾಜ್ಞವಲ್ಕ್ಯಸಂಹಿತಾ; ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೩೯)

ಅ: ಗಾಂಧಾರಿಯು ದಶಮಿಶೇಷದಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸವನ್ನಾಚರಿಸಿದಳು. ಅವಳ ನೂರು ಪುತ್ರರೂ ನಾಶಹೊಂದಿದರು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ದಶಮೀವಿದ್ಧಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಪುತ್ರನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಇಲ್ಲಿದೆ.

೨) ಗಾಂಧಾರಿಯಂತಹ ಉತ್ತಮ ಸ್ತ್ರೀಯು ಹಾಗೆ ನಿಷಿದ್ಧವಾದ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಅವಳ ಪುತ್ರರೆಲ್ಲರೂ ನಾಶ ಹೊಂದಿದರು ಎಂಬ ವಿಶೇಷ ವಿವರ ಇಲ್ಲಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ಪುತ್ರ ಶಬ್ದದಿಂದ ಉಪಲಕ್ಷಣಯಾ ಪುತ್ರಿಯಾದ ದುಶ್ಶಲೆಯೂ ಗ್ರಾಹ್ಯ. ಅವಳ ಪತಿಯಾದ ಜಯದ್ರಥನು ಹತನಾದ್ದರಿಂದ ಅವಳೂ ಹತಪ್ರಾಯಳೇ. ಹೀಗೆ ಗಾಂಧಾರಿಯ ವಂಶ ಕೊನೆಗೆ ನಿರ್ವಂಶವೇ ಆಯಿತು.

೩) ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡದಿರುವದು ಪುತ್ರಪೌತ್ರಾದಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಾಧನವಾದರೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದು ಪುತ್ರಾದಿಗಳಿಗೆ ನಾಶಕರ ಎಂದರ್ಥ. ಇಲ್ಲಿ ನಾಶ ಎಂದರೆ ಮರಣ, ರೋಗಾದ್ಯುಪದ್ರವ, ದಾರಿದ್ರ್ಯ ಮೊದಲಾದವುಗಳು ಎಂದರ್ಥ.

---

* ನಾರದೀಯಪುರಾಣ ಉತ್ತರಭಾಗ (೨/೩೭)

೪) ಗಾಂಧಾರಿಯ ಅನರ್ಥಕ್ಕೆ ಹೀಗೆ ಅವಳು ತಪ್ಪಾಗಿ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದ್ದು ಕಾರಣ ಎಂದು ತಿಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಈ ಶ್ಲೋಕ ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿರುವದು ಗಮನಾರ್ಹ.

೫) ದುರ್ಯೋಧನಾದಿಗಳ ನಾಶಕ್ಕೆ ಸ್ವರೂಪತಃ ಅವರು ಅಯೋಗ್ಯರಾಗಿದ್ದದ್ದೂ ಮಹಾಪಾತಕಿಗಳಾಗಿದ್ದದ್ದೂ ಮುಖ್ಯಕಾರಣ. ಅಂತಹವರನ್ನು ಮಕ್ಕಳನ್ನಾಗಿ ಪಡೆಯಲು ಗಾಂಧಾರಿಗೆ ಇಂತಹ ಪಾಪ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

೬) ಪಾಪಿಗಳಾದ ಕೌರವರ ವಿನಾಶಕ್ಕೆ ಇದೂ ಒಂದು ಕಾರಣ· 'ನಹಿ ಏಕಸ್ಯ ಏಕಮೇವ ಕಾರಣಂ'.

೭) ತಪ್ಪಾಗಿ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸ ಆಚರಿಸಿದ್ದು ಗಾಂಧಾರಿಗೆ ಪುತ್ರನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಸರ್ವಥಾ ಆಚರಿಸದೇ ಇರುವ ಪಾತಕ ಸರ್ವನಾಶಕ್ಕೇ ಕಾರಣ ಎಂಬ ಅರ್ಥವು ಇಲ್ಲಿ ಸೂಚಿತ.

ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯ ನಿರ್ಣಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ

೪೩. ಪ್ರತಿಪತ್ಪ್ರಭೃತಯಃ ಸರ್ವಾ ಉದಯಾದುದಯಾದ್ರವೇಃ ।
ಸಂಪೂರ್ಣಾ ಇತಿ ವಿಜ್ಞೇಯಾ ಹರಿವಾಸರವರ್ಜಿತಾಃ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ(ಶ್ಲೋ. ೧೨೮)

ಅ: ಪಾಡ್ಯ ಮೊದಲಾದ ಎಲ್ಲ ತಿಥಿಗಳೂ ಸೂರ್ಯೋದಯದಿಂದ ಸೂರ್ಯೋದಯದವರೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು; ಏಕಾದಶಿಯು ಮಾತ್ರ ಹಾಗಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಪಾಡ್ಯ ಮೊದಲಾದ ತಿಥಿಗಳ ಗಣನೆಗೆ ಸೂರ್ಯೋದಯ ಮುಖ್ಯ ಆಧಾರವಾದರೆ, ಏಕಾದಶಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಹಾಗಲ್ಲ ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಈ ಮಾತಿನ ಮೂಲಕ ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರು ಇತರ ತಿಥಿಗಳ ನಿರ್ಣಯದ ಬಗ್ಗೆ ಸಹ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲಿರುವರು ಎಂಬ ವಿಶೇಷವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು.

೩) ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯ ನಿರ್ಣಯ ಇತರ ತಿಥಿಗಳ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನ ರೀತಿಯದು ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ವಿಶೇಷ.

ಅರುಣೋದಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ದಶಮಿವೇಧ ನಿಷಿದ್ಧ

೪೪. ಅರುಣೋದಯಕಾಲೇ ತು ದಶಮೀ ಯದಿ ದೃಶ್ಯತೇ ।
ನ ತತ್ರೈಕಾದಶೀ ಕಾರ್ಯಾ ಧರ್ಮಕಾಮಾರ್ಥನಾಶನೀ ॥

– ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಬ್ರಹ್ಮಖಂಡ ಅ. ೧೫, ಶ್ಲೋ. ೩೨)

ಅ: ಅರುಣೋದಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದಶಮೀತಿಥಿಯು ಕಂಡಲ್ಲಿ ಆಗ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಕೂಡದು; ಅದು ಧರ್ಮ, ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ಕಾಮಗಳ ನಾಶಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುವದು.

ವಿ: ಇಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಕೂಡದು ಎಂದರೆ ಅಂದು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸದೇ ಮಾರನೆಯ ದಿನವೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

ದಶಮೀವಿದ್ಧವಾದ ಏಕಾದಶಿಯು ಉಪೋಷಣೆಗೆ ಅರ್ಹವಲ್ಲ

೪೫. ಕ್ಷಯೇ[1] ವಾಽಪ್ಯಥವಾ ವೃದ್ಧೌ ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ವಾ ದಿನಕ್ಷಯೇ[2] ।
ಉಪೋಷ್ಯಾ ದ್ವಾದಶೀ ಪುಣ್ಯಾ ಪೂರ್ವವಿದ್ಧಾಂ ಪರಿತ್ಯಜೇತ್[3] ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೨೩)

ಅ: ತಿಥಿಕ್ಷಯ ಅಥವಾ ತಿಥಿವೃದ್ಧಿ, ದಿನಕ್ಷಯ ಒದಗಿದಾಗ ಪೂರ್ವವಿದ್ಧವಾದ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ತೊರೆದು ಪುಣ್ಯಕರವಾದ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯು ದಶಮಿಯಿಂದ ವಿದ್ಧವಾದಾಗ ಅದು ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಅರ್ಹವೆನ್ನಿಸುವ-ದಿಲ್ಲ. ಅಂತಹ ಪ್ರಸಂಗ ಒದಗುವದು ದಿನಕ್ಷಯಾದಿ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ. ಇದನ್ನು ನಿಪುಣರಾದ ಜ್ಯೋತಿಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಿಂದ ತಿಳಿದು ಸರಿಯಾಗಿ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇಲ್ಲಿ ತಿಥಿಕ್ಷಯ ಮತ್ತು ತಿಥಿವೃದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ವೇಧ ನಿರ್ಣಯಿಸುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ತಮ್ಮ 'ತಿಥಿನಿರ್ಣಯ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿದ್ದಾರೆ:

'ಏಕಾಽತಿದ್ವಾದಶೀ ವೃದ್ಧೌ ನೋ ಚೇದ್ ವೃದ್ಧೌ ತು ಷೋಡಶ ।
ದ್ವ್ಯೇಕಲಿಪ್ತೇ ಸಮೇ ಹ್ರಾಸೇ ಚತುಷ್ಕಾದುತ್ತರಂ ತ್ರಿದಮ್ ॥
ಅತಿವೃದ್ಧಾವಷ್ಟಯುಗಂ ವೃದ್ಧಾವಷ್ಟ ಸಮೇ ಚತುಃ ।
ದ್ವ್ಯೇಕಲಿಪ್ತೇ ಸಮೇ ಹ್ರಾಸೇ ಚತುಷ್ಕಾದುತ್ತರಂ ತ್ರಿದಮ್ ॥ – ತಿಥಿನಿರ್ಣಯ(೨೫, ೨೬)

---

೧. ಕ್ಷಯ ಇತಿ ॥ ನವಮೀ ಹ್ಯಷ್ಟಪಂಚಾಶದ್‌ಘಟಿಕಾಃ, ದಶಮೀ ಷಟ್‌ಪಂಚಾಶದ್‌ಘಟಿಕಾ, ಏಕಾದಶೀ ಪಂಚಾಶದಿತ್ಯಾದಿರೂಪೇಣ ಕ್ಷಯೇ ವಾ । ನವಮೀ ಚತುಃ ಪಂಚಾಶತ್, ದಶಮೀ ಷಟ್‌ಪಂಚಾಶತ್, ಏಕಾದಶ್ಯಷ್ಟಪಂಚಾಶದಿತಿ ವೃದ್ಧೌ ವಾ ॥ ನವಮ್ಯಾಂ ದಶಮ್ಯಾಮೇಕಾದಶ್ಯಾಂ ವಾ ಉಪರಿವಿಲೇಖನೇನ ದಿನತ್ರಯಸಂಸ್ಪರ್ಶೇನ ದ್ವಿತಿಥ್ಯಂತದಿನಕ್ಷಯೇ ಪ್ರಾಪ್ತೇ ವಾ ದಶಮೀವೇಧವಶೇನ ಏಕಾದಶೀಂ ಪರಿತ್ಯಜ್ಯ ಪುಣ್ಯಾ ದ್ವಾದಶ್ಯೇವೋಪೋಷ್ಯೇತ್ಯರ್ಥಃ । ದಿನಕ್ಷಯಲಕ್ಷಣಂ ಚೋಕ್ತಂ ಪಾದ್ಮೇ -

ದ್ವೌ ತಿಥ್ಯಂತಾವೇಕರಾತ್ರೇ ಯಸ್ಮಿನ್ ಸ ಸ್ಯಾದ್ದಿನಕ್ಷಯಃ ।
ಏಕಸ್ಮಿನ್ ವಾಸರೇ ತ್ವಹ್ನಿ ತಿಥೀನಾಂ ತ್ರಿತಯಂ ಯದಾ ॥
ತದಾ ದಿನಕ್ಷಯಃ ಪ್ರೋಕ್ತಸ್ತತ್ರ ಸಾಹಸ್ರಿಕಂ ಫಲಮ್ ॥ ಇತಿ ॥ –ಸ್ಮೃ.ಕೃ.

- ಕ್ಷಯೇ ಏಕಾದಶ್ಯಾಃ ಪೂರ್ವತಿಥೀನಾಂ ಉತ್ತರತಿಥೀನಾಂ ಕ್ಷಯೇ ವಾ ವೃದ್ಧೌ ವಾ । ಅರುಣೋದಯಕಾಲೇ ದಶಮೀವೇಧೇ ಸತಿ ತಥಾ ದಿನಕ್ಷಯೇ ತಿಥಿತ್ರಯಯೋಗೇನ ಅರುಣೋದಯೇ ದಶಮೀ, ಅನಂತರಂ ಏಕಾದಶೀ, ತತ್ಪ್ರಭಾತಸಮಯೇ ದ್ವಾದಶೀ ಯದಾ, ತದಾ ದಿನಕ್ಷಯತಿಥಿರಿತಿ ॥ –ಸ್ಮೃ.ಕೃ.

೨. 'ದ್ವೌ ತಿಥ್ಯಂತಾವೇಕರಾತ್ರೇ ಯಸ್ಮಿನ್ ಸ ಸ್ಯಾದ್ದಿನಕ್ಷಯಃ ।
ಏಕಸ್ಮಿನ್ ವಾಸರೇ ಸ್ಯಾಚ್ಚೇತ್ ತಿಥೀನಾಂ ತ್ರಿತಯಂ ಯದಾ ।
ತದಾ ದಿನಕ್ಷಯಃ ಪ್ರೋಕ್ತಸ್ತತ್ರ ಸಾಹಸ್ರಿಕಂ ಫಲಮ್ ।'

– ತರಂಗಮಾಲಾದಲ್ಲಿ ಉದ್ಧೃತವಾದ ಪಾದ್ಮವಚನ

೩. ನಾರದೀಯಪುರಾಣ ಉತ್ತರಭಾಗ (೨/೨೫)

೩) ತಿಥಿಕ್ಷಯ ಎಂದರೆ ಮೂರುತಿಥಿಗಳು ಒಂದೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಒದಗುವದು ಎಂದರ್ಥ

ಅರುಣೋದಯದ ಸ್ವರೂಪ

೪೬. [1]ಚತಸ್ರೋ ಘಟಿಕಾಃ ಪ್ರಾತರರುಣೋದಯ ಉಚ್ಯತೇ ।
ಯತೀನಾಂ ಸ್ನಾನಕಾಲೋಽಯಂ ಗಂಗಾಂಭಃ ಸದೃಶಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೩೩

ಅ: ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಮುಂಚಿನ ನಾಲ್ಕು ಘಳಿಗೆಗಳ ಕಾಲ ಅರುಣೋದಯ ಎನ್ನಿಸುವದು. ಅದು ಸನ್ಯಾಸಿಗಳ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ವಿಹಿತವಾದ ಕಾಲ; ಆಗಿನ ನೀರು ಗಂಗೋದಕಃ ಸಮಾನ.

ವಿ: ೧) ಹಿಂದಿನ ಎರಡು ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯು ಅರುಣೋದಯ ಕಾಲದಿಂದಲೆ ಗ್ರಾಹ್ಯ ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅರುಣೋದಯ ಕಾಲದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣ ನೀಡಿರುವರು.

೨) ಅರುಣೋದಯ ಕಾಲವೆಂದರೆ ಸೂರ್ಯೋದಯದ ನಾಲ್ಕು ಘಳಿಗೆಗಳ ಮುಂಚಿನ ಕಾಲ ಎಂದರ್ಥ. ಎಂದರೆ ಹಿಂದಿನ ದಿನದ ೫೬ ಘಳಿಗೆಗಳ ಅನಂತರದ ಕಾಲ ಎಂದರ್ಥ ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಮುಂಚಿನ ನಾಲ್ಕು ಘಳಿಗೆಗಳ ಕಾಲ ಎಂದರೆ ೧ ಘಂಟೆ ೩೬ ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಎಂದರ್ಥ (೧ ಘಳಿಗೆ = ೨೪ ನಿಮಿಷಗಳು).

೩) ಅರುಣೋದಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉದಕದಲ್ಲಿ ಗಂಗಾಸನ್ನಿಧಾನ ಇರುವದರಿಂದ ಆಗ ಮಾಡುವ ಸ್ನಾನ ಗಂಗಾಸ್ನಾನದ ಫಲಕ್ಕೆ ಸಾಟಿ ಎನ್ನಿಸುವದು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಇಲ್ಲಿದೆ.

೪) ಗೃಹಸ್ಥಾದಿಗಳಿಗೆ ಅರುಣೋದಯಕಾಲವು ಏಳಲಿಕ್ಕೆ ವಿಹಿತವಾದ ಕಾಲವಾದರೆ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳಿಗೆ ಅದು ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ವಿಹಿತವಾದ ಕಾಲ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ. ಎಂದರೆ ಯತಿಗಳು ಅರುಣೋದಯ ಮುನ್ನವೇ ಎಚ್ಚೆತ್ತು ಶೌಚಾದಿಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿ ಅರುಣೋದಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ಅಣಿಯಾಗಿರಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

---

೧. *ಏಕಾಽತಿದ್ವಾದಶೀ ವೃದ್ಧೌ ನೋ ಚೇದ್ ವೃದ್ಧೌ ತು ಷೋಡಶ ।
ದ್ವ್ಯೇ(ಹ್ಯೇ)ಕಲಿಪ್ತೇ ಸಮೇ ಹ್ರಾಸೇ ಚತುಷ್ಕಾದುತ್ತರಂ ತ್ರಿದಮ್ ॥ ಶ್ಲೋ. ೨೬

– ಈ ಶ್ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಶ್ರೀತ್ರಿವಿಕ್ರಮಪಂಡಿತಾಚಾರ್ಯರು, ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜಸ್ವಾಮಿಗಳು (ಏಕಾದಶೀನಿರ್ಣಯ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ) ಮೊದಲಾದ ಮಹನೀಯರ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳು ಪ್ರಸಿದ್ಧವಿವೆ.

ಶ್ರೀವಿಜಯಧ್ವಜತೀರ್ಥರು, ಶ್ರೀವಾಗೀಶತೀರ್ಥರು ಮೊದಲಾದ ಇತರ ಅನೇಕರು ಇವಕ್ಕೆ ಅರ್ಥ ಬರೆದಿರುವದಾಗಿ ನನ್ನ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಿರುವ ಅನೇಕ ಹಸ್ತಪ್ರತಿಗಳಿಂದ ಸ್ಫುಟಪಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಕೃತ ಘಟ್ಟದ ಮೇಲಿನ ಪ್ರಮುಖಮಠಗಳಲ್ಲಿ ಈ ವೇಧಸ್ವರೂಪವನ್ನು ನಿಶ್ಚಯಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಂಪ್ರದಾಯಭೇದಗಳಿವೆ.

---

* ಅಖಿಲ ಭಾರತ ಮಾಧ್ವಮಹಾಮಂಡಲದ ಮುದ್ರಿತ ಪ್ರತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಶ್ಲೋಕ ಕಂಡು ಬರುವದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ನನ್ನ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಿರುವ 'ತಿಥಿನಿರ್ಣಯ'ದ ಪ್ರತಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಶ್ಲೋಕವೂ ಇದೆ.

ಏಕಾದಶಿಯು ದಶಮೀವಿದ್ಧವಾದಾಗ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ

**೪೭. ಪುತ್ರರಾಜ್ಯವಿವೃದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಮುಪವಾಸನಮ್ ।
ತತ್ರ ಕ್ರತುಶತಂ ಪುಣ್ಯಂ ತ್ರಯೋದಶ್ಯಾಂ ತು ಪಾರಣಮ್ ॥**

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೩೮)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯು ದಶಮೀವಿದ್ಧವಾದಾಗ ಪುತ್ರ ಹಾಗೂ ರಾಜ್ಯದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೋಸ್ಕರವಾಗಿ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸಬೇಕು. ತ್ರಯೋದಶಿಯಂದು ಪಾರಣ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದು ನೂರು ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗಗಳ ಪುಣ್ಯಕ್ಕೆ ಸಮ.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯು ಹೀಗೆ ವಿದ್ಧವಾಗಿ ಸಂದಿಗ್ಧೈಕಾದಶೀ ಎನ್ನಿಸಿದಾಗ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ, ತ್ರಯೋದಶಿಯಂದು ಪಾರಣೆ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದರ್ಥ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವದು ಪುತ್ರಪೌತ್ರಾದಿಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೂ ಸಾಧನ.

೨) ಇಲ್ಲಿ **'ಕ್ರತುಶತಂ ಪುಣ್ಯಂ'** ಎಂಬದಕ್ಕೆ ನೂರು ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗಗಳ ಪುಣ್ಯ ಎಂದರ್ಥ. ಕ್ರತು ಎಂಬದು ಯಜ್ಞಸಾಮಾನ್ಯವಾಚಕವಾದರೂ, **'ಅಶ್ವಮೇಧಃ ಕ್ರತುಶ್ರೇಷ್ಠಃ'** ಎಂಬ ಮಾತಿನಿಂದ ಅಶ್ವಮೇಧಯಾಗವೇ ಇಲ್ಲಿ ಕ್ರತುಶಬ್ದದಿಂದ ವಾಚ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಸರಿಯಾಗಿ ನಿರ್ಣಯಿಸಿಕೊಂಡೇ ಏಕಾದಶಿಯನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು

**೪೮. [1]ಜ್ಞಾತ್ವಾ ವಿಪ್ರಾಸ್ತಿಥಿಂ ಸಮ್ಯಗ್ ದೈವಜ್ಞೈಃ ಸಮುದೀರಿತಾಮ್ ।
ಕರ್ತವ್ಯ ಉಪವಾಸಸ್ತು ಅನ್ಯಥಾ ನರಕಂ ವ್ರಜೇತ್[2] ॥**

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೨೨)

ಅ: ಜ್ಯೋತಿಷಿಗಳು ನಿರ್ಣಯಿಸಿ ತಿಳಿಸುವ ತಿಥಿಯನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಂಡೇ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು; ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ನರಕಹೊಂದುವದು ನಿಶ್ಚಯ.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿ ಉಪೋಷಣೆ ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವೋ, ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯವಾದದು ಆ ತಿಥಿಯ ಖಚಿತ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ಮುಖ್ಯಸಂದೇಶ.

೨) ತಪ್ಪಾಗಿ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸುವದು ತುಂಬಾ ಅನರ್ಥಕರ ಎಂಬ ವಿವರ ಮುಂದೆ ಬಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಂದ ಸರಿಯಾಗಿ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದು ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯನ್ನು

---

೧. ನಾರದೀಯಪುರಾಣ ಉತ್ತರಭಾಗ (೨/೩೬)

೨. ಸಾಮ್ಯೇ ಸೌರಃ ಕ್ಷಯೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಂ ತಿಥಿವೃದ್ಧೌ ಪರಾಶರಃ ಇತಿ । ಪರಾಶರಃ ಆರ್ಯಭಟ ಇತ್ಯರ್ಥಃ ॥
– (ಉ)

ಆಚರಿಸಿ ಪುಣ್ಯಭಾಗಿಗಳಾಗಬೇಕು; ತಪ್ಪಾಗಿ ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಿದಲ್ಲಿ ನರಕಾದ್ಯನರ್ಥ ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ ಎಂಬ ಎಚ್ಚರವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವರು.

೩) ಏಕಾದಶಿಯು ಮಹಾವ್ರತವಾದ್ದರಿಂದ ಅದರ ಆಚರಣೆಯನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಶಾಸ್ತ್ರವಿಹಿತರೀತಿಯಿಂದಲೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಜ್ಯೋತಿಃಶಾಸ್ತ್ರಪಾರಂಗತರಾದ ಜ್ಞಾನಿಗಳನ್ನು ಕೇಳಿ ಅದರಂತೆ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

೪) ಏಕಾದಶೀತಿಥಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಅದರ ಆಚರಣೆಯ ವಿಧಿವಿಧಾನವನ್ನೂ ಸಹ ಬಲ್ಲವರಿಂದ ತಿಳಿದೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವೂ ಇದರಿಂದ ಸೂಚಿತ.

ವಿವಾದವಿದ್ದಾಗ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ

೪೯. "ಬಹ್ವಾಗಮವಿರೋಧೇಷು[೧] ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ವಿವಾದಿಷು[೨] ।
ಉಪೋಷ್ಯಾ ದ್ವಾದಶೀ ಪುಣ್ಯಾ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ.೧೪೧)

---

೧ ಬಹುವಾಕ್ಯವಿರೋಧೇನ ಸಂದೇಹೋ ಜಾಯತೇ ಯದಾ ।
ದ್ವಾದಶೀ ತು ತದಾ ಗ್ರಾಹ್ಯಾ ತ್ರಯೋದಶ್ಯಾಂ ತು ಪಾರಣಮ್ ॥ – ಕಾಲಹೇಮಾದ್ರಿ

ಸಂದಿಗ್ಧೇಷು ಚ ವಾಕ್ಯೇಷು ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಸಮುಪೋಷಯೇತ್ ।
ವಿವಾದೇಷು ಚ ಸರ್ವೇಷು ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಸಮುಪೋಷಣಮ್ ।
ಪಾರಣಂ ಚ ತ್ರಯೋದಶ್ಯಾಮಾಜ್ಞೇಯಂ ಮಾಮಕೀ ಮುನೇ ॥ – ಮಾರ್ಕಂಡೇಯಪುರಾಣ

೨. ಬಹೂನಾಂ ದಶಮೀವಿಘಟಿಕಾಗಣಿತಶಾಸ್ತ್ರಾಣಾಂ ವಿರೋಧೇಷು ಸತ್ಸಂಪ್ರದಾಯಪ್ರವರ್ತಕೇಷು ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ವೇಧವಿಷಯಂ ವಿವಾದಿಷು ಸತ್ಸು ॥ –(ತಾ)

-ಬಹುವಾಕ್ಯವಿರೋಧೇನ ಸಂದೇಹೋ ಜಾಯತೇ ಯದಾ ।
ಉಪೋಷ್ಯಾ ದ್ವಾದಶೀ ಪುಣ್ಯಾ ತ್ರಯೋದಶ್ಯಾಂ ತು ಪಾರಣಮ್ ॥ – ಇತಿ ಸ್ಕಾಂದೇ (ಉ)

-ಬಹ್ವಾಗಮೈಃ ಜ್ಯೋತಿಃಶಾಸ್ತ್ರೈಃ ವಿರುದ್ಧೇಷು ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ನಿರ್ಣಯಾದರ್ಶನೇನ ವಿವಾದಿಷು ॥
– ಉಪೇ ॥

೩.. ಬಹವೋ ಆಗಮಾಃ ಏಷು ತೇ ಬಹ್ವಾಗಮಾಃ ಬಹುಶಾಸ್ತ್ರವಿಚಾರಜ್ಞಾಃ ತೇಷು ವಿರೋಧೇಷು ವಿರೋಧೇನ ವದತ್ಸು । ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ಗಣಿಕಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ವಿವಾದಿಷು ಸತ್ಸು । ತತ್ರ ತಸ್ಮಿನ್ ಸಮಯೇ ಸೂರ್ಯಸಿದ್ಧಾಂತೇಸ ತಿಥಿಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಆರ್ಯಭಟಂ ಸಂಯೋಜ್ಯ ವಿದ್ಧಾಂ ಪರಿತ್ಯಜ್ಯ ದ್ವಾದಶೀ ಉಪೋಷ್ಯಾ ಭವತಿ । ತ್ರಯೋದಶ್ಯಾಂ ತು ಪಾರಣಂ ಕುರ್ಯಾದಿತಿ ॥ – (ಕೋ)

ನಾನಾವಿಧಜ್ಯೋತಿಃಶಾಸ್ತ್ರವಿರೋಧೇನ ನಾನಾವಿಧಸ್ಮೃತಿವಿರೋಧೇನ ವಾ ವ್ರತನಿಷ್ಠಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ವಿವಾದಿಷು ಸತ್ಸು ಏಕಾದಶೀವ್ರತಂ ಕಥಂ ಕಾರ್ಯಮಿತ್ಯತ್ರ ದ್ವಾದಶ್ಯುಪವಾಸಃ ಕಾರ್ಯ ಇತ್ಯಾಹ - ಬಹ್ವಾಗಮೇತಿ। ಬಹೂನಾಂ ನಾನಾವಿಧಾನಾಂ ಆಗಮಾನಾಂ ಸ್ಮೃತೀನಾಂ ವಿರೋಧೇನ ಪರಸ್ಪರಂ ವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು ಉಪವಾಸಪರೇಷು ಉಪವಾಸಃ ಕರ್ತವ್ಯ ನ ಕರ್ತವ್ಯ ಇತಿ ವಿವಾದಂ ಕುರ್ವತ್ಸು ತದಾ ದ್ವಾದಶೀ ವ್ರತಸ್ಥೈಸ್ಸರ್ವೈರುಪೋಷ್ಯಾ ॥ – (ಸ್ಮೃ.ಕೃ)

ಅ: ಬಹುಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ವಿರೋಧ ಬಂದಾಗ, ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಉಂಟಾದಾಗ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಿ, ತ್ರಯೋದಶಿಯಂದು ಪಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ದಶಮೀವಿದ್ಧವಾದ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸ ಹೀಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಅನರ್ಥಕರ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಏಕಾದಶಿಯ ನಿರ್ಣಯ ಹೇಗೆ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಇಲ್ಲಿದೆ.

೨) ಏಕಾದಶಿ ಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು ಎಂಬದು ನಿಯಮ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಲ್ಲೇ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತವಾದಾಗ ಜ್ಯೋತಿಶ್ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾದ ವಿಪ್ರರಲ್ಲೇ ಒಮ್ಮತ ಮೂಡದಾದಾಗ ವೇಧನಿರ್ಣಯ ಅಸಾಧ್ಯವೆನ್ನಿಸುವದುಂಟು. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವೇಧವಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಅಂದು ಏಕಾದಶಿ ಉಪವಾಸವನ್ನಾಚರಿಸದೇ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸವನ್ನಾಚರಿಸಿ ತ್ರಯೋದಶಿ-ಯಂದು ಪಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ಸಂದೇಶ.

೩) ಜ್ಞಾನಿಗಳಲ್ಲಿ ದಶಮೀವೇಧದ ಬಗ್ಗೆ ಗೊಂದಲ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ವೇಧವು ಸಂಭಾವಿತ ಎಂಬ ಶಂಕಾಮಾತ್ರದಿಂದಲೂ ಅಂದು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸವನ್ನು ತೊರೆದು ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ ವಿಹಿತ ಎಂಬ ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪ್ರಮೇಯ ಇಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ.

೪) ದಶಮಿವೇಧದ ಸಂದೇಹವೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಎಂಬದು ಇಲ್ಲಿಯ ಸೂಕ್ಷ್ಮಪ್ರಮೇಯ. ವೇಧ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗದೆ ಸಂದಿಗ್ಧವಾದಾಗಲೂ ಅದನ್ನು ತೊರೆಯುವದೇ ಸುರಕ್ಷಿತಮಾರ್ಗ ಎಂಬ ಈ ಆದೇಶ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದ ಆಚರಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನೀಡುವ ಬೆಳಕು ಅಪೂರ್ವವಾದುದು.

೫) ಇಲ್ಲಿಯ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿನ ವಿವಾದ ಎಂಬ ಮಾತಿಗೆ ದೈವಜ್ಞರಾದ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿನ ವಿವಾದ ಎಂಬರ್ಥವು ವಿವಕ್ಷಿತ. ಅದರಂತೆ ಸೂರ್ಯಸಿದ್ಧಾಂತ ಆರ್ಯಭಟ ದೃಗ್ಗಣಿತ ಮೊದಲಾದ ವಿಭಿನ್ನ ಬಗೆಯ ಗಣಿತಪ್ರಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪ್ರಕಾರದಿಂದಾದರೂ ಸರಿಯೇ ವೇಧ ಪ್ರಸಕ್ತ-ವೆಂದಾದಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸಮಾಡದೇ ಮಾರನೆಯ ದಿನವೇ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸ-ಬೇಕು ಎಂಬ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ಸಹ ಕಾಣಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿರುವ ಗೊಂದಲಕ್ಕೂ ಸಹ ಸೂಕ್ತ ಉತ್ತರ ದೊರಕಿದಂತಾಗುವದು.

೬) ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆರ್ಯಮಾನ ಅಧಿಕಸಿದ್ಧಾಂತವೆಂದು ಗೃಹೀತವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರಾಚೀನ-ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕಾರರೆಲ್ಲಾ ಆರ್ಯಮಾನದ ರೀತಿಯಲ್ಲೇ ವೇಧನಿರ್ಣಯ ವಿಹಿತ ಎಂದು ನಿರೂಪಿಸಿರು-ವರು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆರ್ಯಮಾನ ಪುನಃ ಸಂಸ್ಕಾರಹೊಂದಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನೇ ಅಧಿಕಸಿದ್ಧಾಂತವೆಂದು ಒಪ್ಪುವದು ಕಷ್ಟವೆನ್ನಿಸುತ್ತಿದ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ದೃಗ್ಗಣಿತಪಂಚಾಂಗದಂತೆ ವೇಧ ಒದಗುವದು ಇದಕ್ಕೆ ನಿದರ್ಶನ. ಆರ್ಯಮಾನದ ಗಣಿತವೂ ಸಹ ಎಲ್ಲ ಮಠಗಳಿಗೂ ಏಕರೂಪವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬದು ಮತ್ತೊಂದು ಗೊಂದಲ. ಪುನಃ ಸಂಸ್ಕೃತವಾದಲ್ಲಿ ಆರ್ಯಮಾನದ ರೀತಿ-ಯಿಂದಲೇ ವೇಧನಿರ್ಣಯ ಸೂಕ್ತ ಎಂಬಲ್ಲಿ ಎರಡು ಮಾತಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ಈಗ ನಡೆದಿಲ್ಲವಾದ್ದ-ರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ವೇಧನಿರ್ಣಯ ಅದರಿಂದ ಎಂಬದನ್ನು ಕೆಲವರು ಒಪ್ಪುವದಿಲ್ಲ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಇಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ನಿರ್ಣಯ ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕವಾಗಿದ್ದು ಯಾವದೇ

ಮಾನದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವೇಧ ಒದಗಿದರೂ ಅಂದು ಉಪವಾಸನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬ ಪಕ್ಷವೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಎನ್ನಿಸುವದು.

೭) ಏಕಾದಶಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಖಚಿತವಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟಮಾನವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿ ಏತಕ್ಕೆ ನಿರ್ಣಯ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಅದಕ್ಕೆ ಉತ್ತರ ಹೀಗಿದೆ. ತಿಥಿಯ ಮಾನಗಳು ಯಾವದೇ ಮಾನವನ್ನನುಸರಿಸಿದರೂ ಸಹ ಎಂದೂ ಒಂದೇ ತೆರನಾಗಿರುವದಿಲ್ಲ. ಎಂದರೆ, ಸೂರ್ಯ ಚಂದ್ರರ ಗತಿಯಲ್ಲಾಗುವ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ತಿಥಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಬದಲಾವಣೆ ಅನಿವಾರ್ಯ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಒಮ್ಮೆ ಆಯಾಯ ಮಾನವನ್ನು ಪರಿಷ್ಕರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಗಣಿತಜ್ಞರಿಗೆ ವಿವಾದವೇ ಇಲ್ಲ; ಎಂದರೆ ಯಾವದೇ ನಿರ್ದಿಷ್ಟಮಾನವನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರೂ ಸಹ ಅದು ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ಅನ್ವಯವಾಗುವದೇ ಹೊರತು ಅದು ಶಾಶ್ವತಪರಿಹಾರ-ವಾಗಲಾರದು. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಸಾರ್ವಕಾಲಿಕವಾದ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ನೀಡ ಹೊರಟ ಶ್ರೀಮದಾ-ಚಾರ್ಯರು ಹೀಗೆ ಅದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಖಚಿತವಾದ ಪರಿಹಾರವನ್ನೇ ನೀಡಿರುವರು ಎಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಇತರರು ವಿರೋಧಿಸಿದಾಗಲೂ ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ನಿಷಿದ್ಧ

೫೦. ತತಃ ಕೋಟಿಗುಣಂ ವಾಽಪಿ ನಿಷಿದ್ಧಸ್ಯೇತರೈರ್ಜನೈಃ ।
ಯದನಾದಿಕೃತಂ ಪಾಪಂ ತದೂರ್ಧ್ವಂ ಯತ್ ಕರಿಷ್ಯತಿ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೫೦)

ಅ: ಇತರ ಜನರು ಆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬಾರದು ಎಂದು ಅಡ್ಡಿ ಪಡಿಸಿದಾಗಲೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸದೇ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಈ ರೀತಿ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಅನಾದಿಕಾಲದ ಹಿಂದಿನ ಪಾಪಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಮುಂದೆ ಮಾಡುವ ಪಾಪವೂ ಸಹ ಲೇಪವಿಲ್ಲದಂತಾಗುವದು.

ವಿ: ೧) ಸಂಪ್ರದಾಯ ಮೊದಲಾದ ಕಾರಣದಿಂದ ಇತರರು ವೇಧಸಂದೇಹವಿದ್ದಾಗ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಒತ್ತಡ ತಂದರೂ, ಅಂತಹವರ ಮಾತಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡದೆ ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯನ್ನು ತೊರೆದು ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇದು ಹಿಂದಿನ ಪಾಪಗಳ ನಾಶಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಮುಂದಿನ ಪಾಪಗಳ ನಾಶಕ್ಕೂ ಸಹ ವಿಶೇಷಸಾಧನ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಇಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ.

ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸಮಾಡದಂತೆ ಇತರರಿಗೂ ತಿಳಿಸಬೇಕು

೫೧. ತತ್ ಸರ್ವಂ ವಿಲಯಂ ಯಾತಿ ಪರೇಷಾಮುಪವಾಸನಾತ್ ।
ನ ಚ ತಸ್ಮಾತ್ ಪ್ರಿಯತಮಃ ಕೇಶವಸ್ಯ ಮಮಾಪಿ ವಾ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೫೧)

---

* ಪದ್ಮಪುರಾಣ

ಅ: 'ಅದರಂತೆ ತಾನು ಇತರರಿಗೂ ಸಹ ಇಂತಹ ತತ್ತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಅವರಿಂದಲೂ ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿಸದೆ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ ಮಾಡಿಸಬೇಕು. ಅಂತಹವನು ಶ್ರೀಹರಿಗೂ ಮತ್ತು ನನಗೂ ಸಹ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರನಾಗುವನು'.

ವಿ: ೧) ಮೊದಲ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯನ್ನು ತೊರೆಯುವಂತೆ ಉಪದೇಶ ನೀಡಿ, ಎರಡನೆಯ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇತರರು ಅಡ್ಡಿ ಪಡಿಸಿದಾಗಲೂ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪೋಷಣೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿ, ಈ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ತಾನು ಮಾತ್ರ ಹಾಗೆ ಮಾಡದೇ ಇತರರಿಂದಲೂ ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಿಸಬೇಕೆಂಬ ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷವನ್ನು ತಿಳಿಸಿರುವರು.

೨) ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷವಾದ ಗೊಂದಲ ಹುಟ್ಟಿದೆ. ಕೇವಲ ಯಾಂತ್ರಿಕವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಸಂಪ್ರದಾಯಕ್ಕೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಅನೇಕರಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದೆ. ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರ ಇಲ್ಲಿಯ ಮಾತುಗಳು ಇಂತಹ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪುತ್ತಿಲ್ಲ. ಎಂತಹ ಪ್ರಸಂಗ ಬಂದಾಗಲೂ ಸಹ ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಸರ್ವಥಾ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬದು ಅವರ ಆದೇಶ. ವಿದ್ಧೈಕಾದಶಿಯ ಸಂದೇಹವೂ ಸಹ ಅಂದಿನ ಉಪವಾಸತ್ಯಾಗಕ್ಕೆ ಮುಖ್ಯಕಾರಣ ಎಂಬದು ಒಟ್ಟು ತಾತ್ಪರ್ಯ.

೩) ಇಲ್ಲಿ 'ಮಮ' (ನನಗೆ) ಎಂಬದಕ್ಕೆ ಶಿವನಿಗೆ ಎಂದರ್ಥ. ಇದು ಪದ್ಮಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಶಿವನು ಪಾರ್ವತಿಗೆ ಹೇಳಿದ ಮಾತು:

ಮಮೇತಿ ರುದ್ರವಾಕ್ಯಮೇತತ್ । ಅತ ಏವ ವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥೀಯೇ ಸ್ಕಾಂದೇಽಪ್ಯಾಹ । ತಥಾ ರುದ್ರೋ ಜ್ಯಾಯಾನ್ ಇತ್ಯವತಾರ್ಯೈತೇಷಾಂ ವಚನಾನಾಂ ಪಠಿತತ್ವಮಿತಿ ಬೋಧ್ಯಮ್ । – (ತಾ.)

-ಏತದ್ ವಚನಂ ಪಾರ್ವತೀಂ ಪ್ರತಿ ರುದ್ರೋಕ್ತಮಿತಿ ಜ್ಞಾತವ್ಯಮ್ । – (ಕೋ.)

ಅತಿರಿಕ್ತ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಹ ಉಪವಾಸ ಕರ್ತವ್ಯ

೫೨. ಕಲಾ ವಾ ಘಟಿಕಾ ವಾಽಪಿ ಅಪರೇ ದ್ವಾದಶೀ ಯದಿ ।
ದ್ವಾದಶ ದ್ವಾದಶೀರ್ಹಂತಿ ಪೂರ್ವೇದ್ಯುಃ ಪಾರಣೇ ಕೃತೇ[1] ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೬೧)

ಅ: ಒಂದು ಕಲೆಯಾಗಲೀ, ಘಳಿಗೆಯಾಗಲೀ ಮಾರನೆಯ ದಿನವೂ ಸಹ ದ್ವಾದಶಿ ತಿಥಿಯು ಇದ್ದಾಗ ಹಿಂದಿನ ದಿನದಂದೇ ಪಾರಣೆ ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಹನ್ನೆರಡು ದ್ವಾದಶಿ ವ್ರತಗಳ ಫಲವು ನಾಶವಾಗುವದು.

---

೧. 'ನಿಮಿಷಸ್ತ್ರಿಲವೋ ಜ್ಞೇಯ ಆಮ್ನಾತಸ್ತೇ ತ್ರಯಃ ಕ್ಷಣಃ ।
ಕ್ಷಣಾನ್ ಪಂಚ ವಿದುಃ ಕಾಷ್ಠಾಂ ಲಘು ತಾ ದಶ ಪಂಚ ಚ ।
ಲಘೂನಿ ಚ ಸಮಾಮ್ನಾತಾ ನಾಡಿಕಾ ದಶ ಪಂಚ ಚ ।' – ಭಾಗವತ (೩/೧೧/೭,೮)

ಅರುಣೋದಯತಃ ಪೂರ್ವಂ ಕಲಾವೇಧವಿದೂಷಿತಾ ।
ಕಲೇತಿ ಘಟಿಕಾ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ಮಹಾವೃದ್ಧೌ ಮಹೀಪತೇ ॥ – ಇತಿ ಸ್ಕಾಂದೇ (ತರಂಗಮಾಲಾಯಾಮ್)

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯು ವಿದ್ಧವಾಗದೇ ಇದ್ದಾಗ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಪಾರಣೆಯು ವಿಹಿತ. ಆ
ಆ ದ್ವಾದಶೀ ತಿಥಿಯು ತ್ರಯೋದಶಿಯ ಸೂರ್ಯೋದಯದ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಸಹ ಅತ್ಯಂತ
ಕಂಡುಬಂದರೂ ಸಹ ಮೊದಲ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಪಾರಣೆ ಮಾಡದೇ ಉಪವಾಸವನ್ನೇ ಮಾ
ತ್ರಯೋದಶಿಯಂದು ದ್ವಾದಶೀ ತಿಥಿ ಇರುವಾಗಲೇ ಪಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇಂತಹ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳು ಎಂದಾಗುವದು. ಇದೂ
ಏಕಾದಶೀವ್ರತದಂತೆ ಕಡ್ಡಾಯವಾದದ್ದು. ಅತಿರಿಕ್ತದ್ವಾದಶಿ ಎಂದು ಎರಡನೆಯ ಉಪವಾಸಕ್ಕೆ ಹೆಸ
ಇದನ್ನು ಯಾರು ಆಚರಿಸುವದಿಲ್ಲವೋ ಅವರು ಹನ್ನೆರಡು ದ್ವಾದಶಿವ್ರತಗಳ ಫಲವನ್ನು ಕಳೆದುಕೋ
ವರು ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಇಲ್ಲಿದೆ.

೫೩. [೧]ಅತಿರಿಕ್ತಾ ದ್ವಾದಶೀ ಚೇತ್ ಸ ತಾಂ ನೋಪೋಷಯೇದ್ಯದಿ ।
ದ್ವಾದಶ ದ್ವಾದಶೀರ್ಹಂತಿ ದ್ವಾದಶೀ ಚಾತಿಲಂಘಿತಾ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೬

ಅ: ದ್ವಾದಶಿಯು ಹೀಗೆ ಅತಿರಿಕ್ತವಾಗಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಯಾವನು ಉಪೋಷ
ಮಾಡುವದಿಲ್ಲವೋ ಅವನ ಹನ್ನೆರಡು ದ್ವಾದಶೀವ್ರತಗಳು ನಾಶವಾಗುವವು. ಅದರ
ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಾಧನೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಆಚರಿಸದಿದ್ದವನಿಗೂ ಸಹ.

ವಿ: ೧) ಅತಿರಿಕ್ತದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಸುವ ಮತ್ತೊಂ
ವಾಕ್ಯವಿದು. ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಾಧನಿಯಿದ್ದಾಗ ಅದು ಪೂರೈಸುವ ಮುನ್ನವೇ ಪಾರಣೆ ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂ
ವಿಶೇಷಾಂಶ ಸಹ ಇಲ್ಲಿ ನಿರೂಪಿತವಾಗಿದೆ.

೨) ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಹರಿವಾಸರವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಪೂರೈಸಿದ ಅನಂತರವೇ ನೈವೇ
ವೈಶ್ವದೇವ, ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞಾದಿಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿ ಅನಂತರ ಪಾರಣೆ ಮಾಡಬೇಕು. ದಶಮಿಯಂ
ಹರಿವಾಸರವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಬರುವ ಮುನ್ನವೇ ರಾತ್ರಿಯ ಫಲಾಹಾರವನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು. ಈ ದಶವಿ
ದ್ವಾದಶೀ ಹರಿವಾಸರಗಳ ಉಲ್ಲೇಖ ವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥೀಯದಲ್ಲಿದೆ.

ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಹ ಉಪವಾಸವು ಕರ್ತವ್ಯ

೫೪. ದ್ವಾದಶೀಂ[೧] ಶ್ರವಣೋಪೇತಾಂ ಯೋ ನೋಪೋಷ್ಯಾತ್ ಸುಮಂದಧೀಃ ।
ಪಂಚಸಂವತ್ಸರಕೃತಂ ಪುಣ್ಯಂ ತಸ್ಯ ವಿನಶ್ಯತಿ ॥ – ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ(೧೬೪

ಅ: ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರದಿಂದ ಕೂಡಿದ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಯಾವನು ಉಪವಾಸವನ
ಆಚರಿಸುವದಿಲ್ಲವೋ, ಅವನು ಮಂದಬುದ್ಧಿಯವನು; ಅವನು ಮಾಡಿದ ಐದು ವರ್ಷಗ
ಪುಣ್ಯ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಶ ಹೊಂದುವದು.

---

೧. ದಶಮೀವೇಧರಹಿತಾ ಪರತೋ ದ್ವಾದಶೀ ಯದಿ ।
ಅತಿರಿಕ್ತಾ ತು ಸಾ ಜ್ಞೇಯಾ ಸರ್ವಪಾಪಪ್ರಣಾಶನೀ ॥ – ಸ್ಮೃತಿ

ವಿ: ೧) ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವದ ೧೪೨ನೆಯ ಶ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಿದ್ದ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸುತ್ತಿರುವರು. ಅತಿರಿಕ್ತದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸವು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿರುವಂತೆ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಹ ಉಪವಾಸ ಕಡ್ಡಾಯ ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯು ಉಪೋಷಣಾರ್ಹವಾಗಬೇಕಾದರೆ, ಅಂದು ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರಕ್ಕೆ ಉತ್ತರಾಷಾಢದ ಸಂಪರ್ಕ ಇರಕೂಡದು, ಧನಿಷ್ಠಾನಕ್ಷತ್ರದ ಸಂಪರ್ಕ ಇರಬೇಕು ಮತ್ತು ಶ್ರವಣವು ಮಧ್ಯಾಹ್ನವ್ಯಾಪಿನಿಯಾಗಿರಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಹ ಮಾಧ್ವಮಠಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಂಪ್ರದಾಯಭೇದಗಳುಂಟು. ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶೀ ಉಪವಾಸ ಪ್ರಸಂಗ ಬರುವದು ಭಾದ್ರಪದ, ಮಾಘ ಮತ್ತು ಫಾಲ್ಗುಣ ಮಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ.

---

೨. ಉಕ್ತಂ ಚ ವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥೀಯೇ – ಮಧ್ಯಾಹ್ನವ್ಯಾಪಿನೀ ಶ್ರೋಣಾ ಸದೋಪೋಷ್ಯಾ ವಿಚಕ್ಷಣೈಃ ॥(ತಾ)

ಕೇಚಿತ್ತು –

ದಿನಾರ್ಧಸಂಯುತಾ ಶ್ರೋಣಾ ದ್ವಾದಶ್ಯಾ ಸಹ ಸಂಯುತಾ ।
ತಾಮುಪೋಷ್ಯ ವ್ರತಂ ಕುರ್ಯಾದ್ ವಾಮನಸ್ಯಾತಿವಲ್ಲಭಾಮ್ ॥
ಉದಯಾದಿಭಿಜಿಲ್ಲಗ್ನಗಾಮಿನೀ ಶ್ರುತಿವಾಸರೇ ।
ಫಾಲ್ಗುನೇ ಪ್ರೋಷ್ಠಪದ್ಯಾಂ ವಾ ಹ್ಯುಪೋಷ್ಯ ವ್ರತಮಾಚರೇತ್ ॥ –(ತಾ)

ಉಕ್ತಂ ಚ ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯೇ –

ಏವಂ ಶ್ರೋಣೋದಯದ್ವಂದ್ವಸ್ಪರ್ಶಿನೀ ಚ ಯದಾ ಭವೇತ್ ।
ಪೂರ್ವೇದ್ಯುರ್ವಾ ಪರೇದ್ಯುರ್ವಾ ನೋಪೋಷ್ಯಾ ಪುಣ್ಯಹಾನಿದಾ ॥ –(ತಾ)

ತಥಾಽನ್ಯತ್ರ–

ಉದಯದ್ವಯಸಂಸ್ಪೃಷ್ಟಾ ಶ್ರೋಣಾಯುಕ್ತಾ ಹರಿರ್ಯದಿ ।
ತದಾ ನೋಪೋಷಣಂ ಕಾರ್ಯಂ ವೈಷ್ಣವೈರ್ವಿಷ್ಣುತತ್ಪರೈಃ ॥ ಇತಿ ॥ –(ತಾ)

ತದುಕ್ತಂ –

ಏಕೋನಷಷ್ಟಿಘಟಿಕಾತ್ರಯಸ್ತ್ರಿಂಶತ್ ಪಲಾಧಿಕಾ ।
ಶ್ರೋಣಾ ಚ ಪೌರ್ಣಮಾಸೀ ಚ ನೋಪೋಷ್ಯಾ ವಿಷ್ಣುತತ್ಪರೈಃ ॥ ಇತಿ ॥ –(ತಾ)
ಏಕೋನಷಷ್ಟಿಘಟಿಕಾ ತ್ರಯಸ್ತ್ರಿಂಶತ್ ಪಲಾಧಿಕಾ ।
ಶ್ರೋಣಾ ಭವೇದ್ಯದಿ ತದಾ ನೋಪೋಷ್ಯಾ ವಿಷ್ಣುತತ್ಪರೈಃ ॥ ಇತಿ ಚ ॥ –(ತಾ)

ವ್ಯಾಸಸಂಹಿತಾಯಾಮ್ –

ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶೀ ಯತ್ರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನಾದೂರ್ಧ್ವಮಪ್ಯಣು ।
ತಜ್ಜಯಂತ್ಯಾಮುಪೋಷ್ಯಂ ಸ್ಯಾನ್ನ್ಯೂನಂ ಚೇನ್ನೈವ ಕಾರಯೇತ್ ॥
ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಶ್ರವಣಂ ಚೇತ್ ಸ್ಯಾದುದಯದ್ವಯಸಂಯುತಮ್ ।
ಉತ್ತರಾಷಾಢಸಂಯುಕ್ತಂ ನೈವೋಪೋಷ್ಯಂ ಕದಾಚನ ॥
ಉತ್ತರಾಷಾಢಸಂಯುಕ್ತಶ್ರವಣದ್ವಾದಶೀ ಯದಿ ।
ಸುರಯಾ ಬಿಂದುನಾ ಸ್ಪೃಷ್ಟಂ ಗಂಗಾಂಭ ಇವ ಸಂತ್ಯಜೇತ್ ।
ಏಕೋನಷಷ್ಟಿಘಟಿಕಾಂ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶೀಂ ತ್ಯಜೇತ್ ।
ಏಕೋನಷಷ್ಟಿಘಟಿಕಾ ಯದಿ ಶ್ರೋಣಾ ಪ್ರದೃಶ್ಯತೇ ॥
ದ್ವಾದಶೀ ಸಹಿತಾ ವಾಪಿ ನೋಪೋಷ್ಯಾ ವಿಷ್ಣುತತ್ಪರೈಃ । –(ಉ)

೩) ಈ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶೀ ಉಪವಾಸನಿರ್ಣಯವು ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕದವರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವ್ಯತ್ಯಾಸ-ವಾಗುವದುಂಟು. ಎಂದರೆ ಸರ್ವರೂ ಉಪವಾಸಮಾಡಬೇಕಾದ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಇರುವ ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರದ ಪರಿಮಾಣವು ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕವ್ರತವನ್ನು ಕೈಗೊಂಡವರು ಮಾತ್ರ ಆಚರಿಸಬೇಕಾದ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾದುದು:

ನಂದಿವಾಹನರಾತ್ರಿ ಸಾಧನಿ
ಬಂದ ದ್ವಾದಶಿ ದಶಮಿ ಪೈತೃಕ
ಸಂಧಿಸಿಹ ಸಮಯದಲಿ ಶ್ರವಣವ ತ್ಯಜಿಸುವಂತೆ ಸದಾ ।
ನಿಂದ್ಯರಿಂದಲಿ ಬಂದ ದ್ರವ್ಯವ
ಕಣ್ದೆರೆದು ನೋಡದಲೆ ಶ್ರೀಮದ-
ನಂದತೀರ್ಥಾಂತರ್ಗತನ ಸರ್ವತ್ರ ಭಜಿಸುತಿರು ॥ – ಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರ (೧೯/೨೩)

೪) ಸರ್ವರೂ ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವಂತಹ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಾದಲ್ಲಿ ಅಂದು ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕದೀಕ್ಷೆ ಹೊತ್ತವರೂ ಸಹ ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು. ಆದರೆ ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕದವರು ಮಾತ್ರ ಆಚರಿಸಬೇಕಾದ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಇತರರು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ.

೫) ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯ ಪ್ರಸಂಗವು ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷ ಹಾಗೂ ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷ – ಎರಡಕ್ಕೂ ಅನ್ವಯಿಸುವದು:

ಶುಕ್ಲಾ ವಾ ಯದಿ ವಾ ಕೃಷ್ಣಾ ದ್ವಾದಶೀ ಶ್ರವಣಾನ್ವಿತಾ ।
ತತ್ರೋಪವಾಸಂ ಕುರ್ವೀತ ಏಕಾದಶ್ಯಾಃ ಶತಂ ಫಲಮ್ ॥ – ನಾರದೀಯ

೬) ಅತಿರಿಕ್ತದ್ವಾದಶಿಯಂತೆ ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದೂ ಉಪವಾಸವು ಕಡ್ಡಾಯವಾದದು ಎಂದು ಭಾವ.

ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳ ಪ್ರಸಂಗ

೫೫. ಏಕಾದಶೀಮುಪೋಷ್ಯಾಥ ದ್ವಾದಶೀಮಪ್ಯುಪೋಷಯೇತ್ ।
ನ ತತ್ರ ವಿಧಿಲೋಪಃ ಸ್ಯಾದುಭಯೋರ್ದೇವತಾ ಹರಿಃ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೬೫)

ಉತ್ತರಾಷಾಢಸಂಯುಕ್ತಾ ಶ್ರೋಣಾ ಪುತ್ರಸ್ಯ ಹಾನಿದಾ ।
ಘಟಿಕಾದ್ವಾದಶಾದರ್ವಾಕ್ ಶಿಷ್ಯಾಜ್ಞಾನಸ್ಯ ಹಾನಿದಾ ॥ ಇತಿ ॥
ಏವಂ ಶ್ರೋಣಾ ದಿನದ್ವಂದ್ವಸ್ಪರ್ಶಿನೀ ಚ ಭವೇದ್ ಯದಿ ।
ಪೂರ್ವೇದ್ಯುರ್ವಾ ಪರೇದ್ಯುರ್ವಾ ನೈವೋಪೋಷ್ಯಾರ್ಥಹಾನಿದಾ ॥
ಪೂರ್ವೇದ್ಯುರುತ್ತರಾಮಿಶ್ರಾ ಪರೇದ್ಯುಃ ಸಾ ಯದಾ ಪುನಃ ।
ಮಧ್ಯಾಹ್ನವ್ಯಾಪಿನೀ ಗ್ರಾಹ್ಯಾ ಜ್ಞಾನಮೋಕ್ಷಫಲಪ್ರದಾ ॥ ಇತಿ ॥ (ಸಂವರ್ತೇ) – (ಉ.)

ಅರುಣೋದಯವೇಲಾಯಾಂ ಅಭಿಜಿತ್‌ಸ್ಪರ್ಶಸಂಯುತಾ ।
ಶ್ರೋಣಾ ಚೇತ್ ಷಷ್ಟಿಘಟಿಕಾ ನೋಪೋಷ್ಯಾ ವಿಷ್ಣುತತ್ಪರೈಃ ॥ – (ಕೋ.)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಉಪೋಷಣೆ ಮಾಡಿ, ಬಳಿಕ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೂ ಸಹ ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಬೇಕು. ಇವೆರಡಕ್ಕೂ ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ದೇವತೆಯಾದ್ದರಿಂದ ವಿಧಿಲೋಪವಾಗದು.

ವಿ: ೧) ಶ್ರವಣದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವ ಪ್ರಸಂಗ ಒದಗಿದಾಗ ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ಆ ಬಾರಿ ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳು ಎಂದಾಗುವದು. ದ್ವಾದಶೀವ್ರತವು ವಿಷ್ಣುವ್ರತ; ಅಂದು ಪಾರಣೆ ಮಾಡಿ ವ್ರತ ಪೂರೈಸದಿದ್ದಲ್ಲಿ ವ್ರತಭಂಗವಾಗುವದಿಲ್ಲವೇ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಇಲ್ಲಿ ಉತ್ತರವಿದೆ. ದ್ವಾದಶಿಗೆ ವಿಷ್ಣುವು ದೇವತೆಯಾಗಿರುವಂತೆ ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರಕ್ಕೂ ವಿಷ್ಣುವೇ ದೇವತೆಯಾಗಿರುವದರಿಂದ ಅದು ಒದಗಿದ ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಉಪವಾಸ ಆಚರಿಸುವದು ದ್ವಾದಶೀವ್ರತಕ್ಕೆ ಭಂಗ ಉಂಟು ಮಾಡದು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇದರಂತೆ ಅತಿರಿಕ್ತ ದ್ವಾದಶಿಯ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲೂ ಸಹ ಅದಕ್ಕೂ ಶ್ರೀಹರಿಯೇ ದೇವತೆಯಾದ್ದರಿಂದ ಅಂದು ಉಪವಾಸ ಮಾಡುವದರಿಂದ ಸಹ ವ್ರತಭಂಗದೋಷ ಒದಗದು ಎಂದರ್ಥ.

೩) ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಹರಿವಾಸರವು ಸಂಗವಕಾಲದ ಅನಂತರವೂ (ಸೂರ್ಯೋದಯದ ನಂತರ ೧೨ ಘಳಿಗೆಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚುಕಾಲ) ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಅಂದೂ ಸಹ ಉಪವಾಸವನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು ಎಂದೂ ಪ್ರಮಾಣವಿದೆ. ಇದು ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರಸಂಗ:

ದ್ವಾದಶ್ಯಾಮಾದ್ಯಪಾದಸ್ತು ಸಂಗವಾತ್ ಪರತೋ ಯದಿ ।
ಉಪವಾಸದ್ವಯಂ ಕಾರ್ಯಮನ್ಯಥಾ ನರಕಂ ವ್ರಜೇತ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಉಪವಾಸದ ಲಕ್ಷಣ

೫೬. ಉಪಾವೃತ್ತಸ್ತು ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ಯಸ್ತು ವಾಸೋ ಗುಣೈಃ ಸಹ ।
ಉಪವಾಸಃ ಸ ವಿಜ್ಞೇಯಃ ಸರ್ವಭೋಗವಿವರ್ಜಿತಃ ॥

– ವಿಷ್ಣುಧರ್ಮೋತ್ತರಪುರಾಣ, ಭವಿಷ್ಯೋತ್ತರಪುರಾಣ

ಅ: ವರ್ಜನೀಯ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು, ಪುಣ್ಯಕರ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವೇ ನಿರತನಾಗುವದಕ್ಕೆ 'ಉಪವಾಸ' ಎಂದು ಹೆಸರು. ಯಾವದೇ ಭೋಗವನ್ನೂ ಸಹ ಉಪವಾಸದ ದಿನ ಮಾಡಕೂಡದು.

ವಿ: ೧) ಅತ್ಯಂತ ಮುಖ್ಯವಾದ ಉಪವಾಸದ ಲಕ್ಷಣ – ಭಗವಂತನ ಗುಣಪೂರ್ಣತ್ವ, ದೋಷದೂರತ್ವಗಳ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ವಿಷಯಚಿಂತನೆಯ ಸಂಪೂರ್ಣತ್ಯಾಗ ಎಂದು ಮುಖ್ಯತಾತ್ಪರ್ಯ.

೨) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಪಾಠಪ್ರವಚನಗಳ ಹೊರತು ಬೇರಾವ ಕಾರ್ಯವನ್ನೂ ಮಾಡಕೂಡದು ಎಂದು ಭಾವ:

'ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ವಿನಾ ಅನ್ಯತ್ ಕಿಮಪಿ ನ ಕರ್ತವ್ಯಮ್'
– ನಾರಾಯಣಪಂಡಿತಾಚಾರ್ಯರ ದಿನತ್ರಯಮೀಮಾಂಸಾ

ಉಪವಾಸದಿನದ ಮುಖ್ಯಕರ್ತವ್ಯಗಳು (ಗುಣ ಶಬ್ದಾರ್ಥ)

೫೭. ತಜ್ಜಾಪ್ಯಂ ತದ್ಗತಂ ಧ್ಯಾನಂ ತತ್ಕಥಾಶ್ರವಣಾದಿಕಮ್ ।
ತದರ್ಚನಂ ಚ ತನ್ನಾಮಕೀರ್ತನಶ್ರವಣಾದಯಃ ॥
ಉಪವಾಸಕೃತಾವೇತೇ ಗುಣಾಃ ಪ್ರೋಕ್ತಾ ಮನೀಷಿಭಿಃ ॥

– ವಿಷ್ಣುಧರ್ಮೋತ್ತರ ಪುರಾಣ

ಅ: ಭಗವಂತನ ಜಪ, ಧ್ಯಾನ, ಕಥಾಶ್ರವಣ-ಮನನಾದಿಗಳು, ಅರ್ಚನೆ, ನಾಮ ಸ್ಮರಣೆ, ನಾಮಸಂಕೀರ್ತನೆ, ನಾಮಶ್ರವಣ ಮೊದಲಾದವುಗಳು ಉಪವಾಸದಿನದ ಮುಖ್ಯ-ಕರ್ತವ್ಯಗಳು ಎಂಬದು ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಅಭಿಮತ.

ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ವಿಧಿ

೫೮. ದಶಮ್ಯಾಂ ವರ್ಜಯೇದ್ ಭೋಗಾನ್ ಅಂಜನಾಭ್ಯಂಜನಾದಿಕಾನ್ ।
ಅಮಧುಕ್ಷಾರಲವಣಃ ಸಕೃದಶ್ನೀತ ಸುವ್ರತಃ ।

೫೯. ಪರೇದ್ಯುಃ ಪ್ರಾತರುತ್ಥಾಯ ಹರಿಂ ಸ್ಮೃತ್ವಾ ವಿಶೇಷತಃ ।
ಸಂಕಲ್ಪಯೇದದ್ಯ ಕುರ್ಯಾಮುಪವಾಸವ್ರತಂ ತ್ವಿತಿ ॥

೬೦. ತತಸ್ತ್ರಿಷವಣಸ್ನಾಯೀ ಕೃತ್ವೋಕ್ತಂ ತದನಂತರಮ್ ।
ಆವರ್ತಯೇತ್ ಶ್ರುತಿಗಿರೋ ನಿಶಿ ಜಾಗರಣಂ ಚರೇತ್ ॥

೬೧. ಶ್ರುತ್ವಾ ವ್ಯಾಖ್ಯಾಯ ವಾ ಕಿಂಚಿತ್ಕಾಲಂ ಸಾಕಂ ಹರಿಪ್ರಿಯೈಃ ।
ಕುರ್ಯಾಚ್ಚ ಪುರತೋ ವಿಷ್ಣೋರ್ನೃತ್ಯಸಂಕೀರ್ತನಾದಿಕಮ್ ॥

೬೨. ಅಂತ್ಯಯಾಮೇ ತತಃ ಸ್ನಾತೋ ಜಪೇನ್ಮೂಲಂ ಸಮಾಹಿತಃ ।
ವಿಷ್ಣೋಃ ಸಪರ್ಯಾಂ ಕುರ್ವೀತ ಯಥಾಶಕ್ತಿಪ್ರಪಂಚನಾಮ್ ॥

– ನಾರಾಯಣಪಂಡಿತಾಚಾರ್ಯರ 'ಯೋಗದೀಪಿಕಾ' (೫/೧-೫)

ಅ: ದಶಮೀದಿನದಂದು ಅಂಜನ, ಅಭ್ಯಂಜನ, ಮೊದಲಾದ ಭೋಗಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ತ್ಯಜಿಸ-ಬೇಕು. ಜೇನು, ಕ್ಷಾರ, ಲವಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರದ ಭೋಜನವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ಮಾತ್ರ ಮಾಡಬೇಕು. ಮಾರನೆಯದಿನ ಬ್ರಾಹ್ಮಮುಹೂರ್ತದಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚೆತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಭಗವಂತ-ನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ 'ಈ ದಿನ ಉಪವಾಸವ್ರತವನ್ನು ಆಚರಿಸುತ್ತೇನೆ' ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು. ತ್ರಿಕಾಲಗಳಲ್ಲೂ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಿ ವಿಶೇಷತಃ ವೇದ, ಇತಿಹಾಸ ಪುರಾಣಗಳು ಮೊದಲಾದ ಶಾಸ್ತ್ರಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಮನನ ಮಾಡಬೇಕು. ರಾತ್ರಿಕಾಲವಿಡೀ ಎಚ್ಚೆತ್ತಿದ್ದು ಶ್ರವಣಮನನಾದಿ-ಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಸತ್ಸಹವಾಸದಲ್ಲಿ ಕಾಲ ಕಳೆಯಬೇಕು. ಭಗವಂತನ ಸನ್ನಿಧಾನದಲ್ಲಿ

ನೃತ್ಯಗೀತಾದಿಸೇವೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ರಾತ್ರಿಯ ಕಡೆಯ ಯಾಮದಲ್ಲಿ (ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅರುಣೋದಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ) ಸ್ನಾನವನ್ನು ಪೂರೈಸಿ ಅಷ್ಟಾಕ್ಷರಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಿ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಭಗವಂತನನ್ನು ಅರ್ಚಿಸಬೇಕು (ಅನಂತರ ಯೋಗ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪಾರಣ ಮಾಡಬೇಕು).

ದಿನತ್ರಯ ನಿಯಮಗಳು[೧]

೬೩. ಶಾಕಂ ತೈಲಂ ದಿವಾಸ್ವಾಪಂ ಪುನರ್ಭೋಜನಮೈಥುನೇ ।
ಉಷ್ಣೋದಕಾತ್ಯಂಬುಪಾನಂ ದಶಮ್ಯಾಂ ವೈಷ್ಣವಸ್ತ್ಯಜೇತ್ ॥

– ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ

ಅ: ಶಾಕಗಳು, ತೈಲ, ಹಗಲುನಿದ್ರೆ, ಎರಡನೆಯ ಭೋಜನ, ಸ್ತ್ರೀಭೋಗ, ಉಷ್ಣೋದಕ ಮತ್ತು ಮಿತಿಮೀರಿ ನೀರು ಕುಡಿಯುವದು, ಇವನ್ನು ದಶಮೀದಿನದಂದು ಮಾಡಕೂಡದು.

೬೪. ಅಸಕೃಜ್ಜಲಪಾನಂ ಚ ಹಿಂಸಾಂ ವೈರಮಸತ್ಯತಾಮ್ ।
ತಾಂಬೂಲಂ ದಂತಕಾಷ್ಠಂ ಚ ದಿವಾಸುಪ್ತಿಂ ಚ ಸಂಗಮಮ್ ।
ದ್ಯೂತಕ್ರೀಡಾಂ ನಿಶಾನಿದ್ರಾಂ ವರ್ಜಯೇದ್ಧರಿವಾಸರೇ ॥ – ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ

ಅ: ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಲ ತೀರ್ಥಪ್ರಾಶನ, ಹಿಂಸೆ, ವೈರ, ಅಸತ್ಯ, ತಾಂಬೂಲ, ದಂತಧಾವನ, ಹಗಲುನಿದ್ರೆ, ಸ್ತ್ರೀಭೋಗ, ಜೂಜಾಟ, ರಾತ್ರಿನಿದ್ರೆ ಇವೆಲ್ಲ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ನಿಷಿದ್ಧ.

ವಿ: ೧) ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ, ವೈರ, ಅಸತ್ಯ, ಹಗಲುನಿದ್ರೆ ಮತ್ತು ಜೂಜಾಟಗಳು ಉಳಿದ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ ನಿಷಿದ್ಧವೇ. ಆದರೆ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಇವೆಲ್ಲ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ.

೨) ಹಗಲುನಿದ್ರೆ, ರಾತ್ರಿನಿದ್ರೆಗಳು ಏಕಾದಶಿಯಂದು ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬದರಿಂದ ಅಂದು ದಿನವಿಡೀ ಜಾಗರಣೆ ವಿಹಿತ ಎಂದಾಗುವದು:

> ಜಾವದ ಜಾಗರ ಕ್ರತು ನಾಲ್ಕು ಸಾವಿರ ಜಾವನಾಲ್ಕರ ಫಲಕೆ ಮಿತಿಯಿಲ್ಲವು ।
> ದೇವದೇವನ ದಿನದಿ ನಿದ್ರೆಯಗೈದರೆ ಹುರಿಗಾವಲಿಯೊಳು ಹುರಿಸುವ ಯಮನು ॥
> – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

---

೧. ದಶಮ್ಯಾಮೇಕಭುಕ್ತಸ್ತು ಮಾಂಸಮೈಥುನವರ್ಜಿತಃ ।
ಏಕಾದಶೀಮುಪವಸೇತ್ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ॥ – ದೇವಲಸ್ಮೃತಿ

ದಶಮ್ಯಾಮೇಕಭುಕ್ತಸ್ತು ನಾರೀಸಂಗಮವರ್ಜಿತಃ ।
ಅವನೀತಲಶಾಯೀ ಚ ಪರೇಽಹನಿ ವಸೇಚ್ಛುಚಿಃ ॥ – ಪದ್ಮಪುರಾಣ (೨೬೨/೨೪)

೩) ಏಕಾದಶೀ ಮೊದಲಾದ ದಿನಗಳಂದು ದಂತಕಾಷ್ಠಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಕೂಡದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ 'ದಶಮಿಯಂದು ಭೋಜನದ ಅನಂತರ ದಂತಧಾವನವನ್ನೂ ಪೂರೈಸಬೇಕು' ಎಂದು ಪ್ರಮಾಣವಿದೆ:

'ದಶಮ್ಯಾಮೇಕಭುಗ್ ಭೂತ್ವಾ ಖಾದಯೇದ್ ದಂತಧಾವನಂ' (ಸ್ಮೃ. ಮು. ೯೬)

'ದಶಮಿಯಂದು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲೂ ಹಲ್ಲುಜ್ಜಬಹುದು' ಎಂದೂ ಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯರು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ:

'ತತ್ರ ದಶಮ್ಯಾಮೇಕಭುಕ್ತಂ ಕೃತ್ವಾ ರಾತ್ರೌ ದಂತಧಾವನಂ ಕುರ್ಯಾತ್'
'ಅಪರಾಹ್ಣೇ ಪುನಃ ಕುರ್ಯಾತ್ ವಿಧಿನಾ ದಂತಧಾವನಂ'
– ಎಂದು ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಕ್ರಿಯಾಯೋಗಸಾರಖಂಡ ಅ.೨೨, ಶ್ಲೋ.೮೪)ದಲ್ಲಿದೆ.

೪) ಉಪವಾಸದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹನ್ನೆರಡು ಬಾರಿ ಬಾಯಿ ಮುಕ್ಕಳಿಸಿದರೆ ದಂತಶುದ್ಧಿಯಾದಂತೆ; ಅಥವಾ ಎಲೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಯೂ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಬಹುದು ಎಂದೂ ಪ್ರಮಾಣವಿದೆ :

'ಅಭಾವೇ ದಂತಕಾಷ್ಠಾನಾಂ ನಿಷಿದ್ಧೇ ಚ ತಥಾಽಹನಿ ।
ಅಪಾಂ ದ್ವಾದಶಗಂಡೂಷೈಃ ಪರ್ಣೈರ್ವಾ ದಂತಶೋಧನಮ್॥
– ಯೋಗದೀಪಿಕಾ(೨/೨೬)

೬೫. ಶಾಕಂ ಮಧು ಪರಾನ್ನಂ ಚ ಪುನರ್ಭೋಜನಮೈಥುನೇ ।
ಚಣಕಂ ಚ ದಿವಾಸ್ವಾಪಂ ತಾಂಬೂಲಂ ತಿಲಪಿಷ್ಟಕಮ್ ।
ಕಾಂಸ್ಯಂ ತೈಲಂ ಪುನರ್ಭುಕ್ತಂ ವರ್ಜಯೇದ್ದ್ವಾದಶೀದಿನೇ ॥ – ಸ್ಮೃತಿ

ಅ: ಶಾಕ, ಜೇನು, ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಮನೆಯ ಅನ್ನ, ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಭೋಜನ, ಸ್ತ್ರೀಭೋಗ, ಕಡಲೆ, ಹಗಲುನಿದ್ರೆ, ತಾಂಬೂಲ, ಎಳ್ಳು ಮತ್ತು ಹಿಟ್ಟು ಇವನ್ನು ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

ಏಕಾದಶೀವ್ರತದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ನಾಲ್ಕು ಭೋಜನಗಳು ತ್ಯಾಜ್ಯ

೬೬. ಉಪವಾಸಫಲಪ್ರೇಪ್ಸುರ್ಜಹ್ಯಾದ್ಭುಕ್ತಿಚತುಷ್ಟಯಮ್ ।
ಪೂರ್ವಾಪರೇ ತು ಸಾಯಾಹ್ನೇ ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತಸ್ತು ಮಧ್ಯಮೇ ॥
– ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಕೃತ 'ತಿಥಿನಿರ್ಣಯ'(ಶ್ಲೋ. ೨೭)

ಅ: ಉಪವಾಸದ ಪೂರ್ಣಫಲವನ್ನು ಬಯಸುವವನು ದಶಮೀ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶಿಗಳಂದು ರಾತ್ರಿಕಾಲದ ಭೋಜನವನ್ನು, ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಎರಡು ಭೋಜನಗಳನ್ನು, ಒಟ್ಟಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ಭೋಜನಗಳನ್ನು ತೊರೆಯಬೇಕು.

ವಿ: ೧) ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮೀ ಮೊದಲಾದ ಇತರ ಉಪವಾಸವ್ರತಗಳಲ್ಲೂ ಹೀಗೆ ನಾಲ್ಕು ಭೋಜನಗಳು ವರ್ಜ್ಯ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವೂ ಇದರಿಂದ ತಿಳಿಯುವದು :

ಮೂರು ದಿನದ ವ್ರತ ನಾಲ್ಕು ಹೊತ್ತಿನ ಆಹಾರವು ವರ್ಜಿತವು। – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

ದಶಮಿ ಏಕಾದಶಿ ದ್ವಾದಶೀ ದಿನತ್ರಯದಿ ಅಶನವೆರಡೊತ್ತುಣ್ಣುತ ।...
ಸಿರಿರಮಣ ತವ ಚರಣ ದೊಕುವುದು ಹ್ಯಾಗಿನ್ನು ಪರಮ ಪಾಪಿಷ್ಠ ನಾನು ॥
– ಶ್ರೀಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

೨) ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ಆರು ಭೋಜನ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂದಾಗುವದು.

೩) ಭೀಷ್ಮಪಂಚಕಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ವ್ರತದ ಹಿಂದಿನ ದಿನ ಹಾಗೂ ಪಾರಣೆಯ ದಿನಗಳಂದೂ ಸಹ ರಾತ್ರಿಭೋಜನ ವಿಹಿತವಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವವೂ ಸೂಚಿತ.

ಪರಾನ್ನಭೋಜನದಿಂದ ಪುಣ್ಯಹಾನಿ

೬೭. ಪರಾನ್ನಂ ಯೋ ಹಿ ಭುಂಜೀತ ದಶಮ್ಯಾಂ ದ್ವಾದಶೀದಿನೇ ।
ಏಕಾದಶೀವ್ರತಸ್ಯಾಸ್ಯ ದಶಮ್ಯಾಂ ತುರ್ಯಭಾಗತಃ ।
ದ್ವಾದಶ್ಯಾಮರ್ಧಭಾಗಶ್ಚ ದಾತಾರಮಧಿಗಚ್ಛತಿ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ದಶಮೀ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶೀ ದಿನಗಳಂದು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಭೋಜನ ಮಾಡುವದು ಹೆಚ್ಚು ಹಾನಿಕರ. ದಶಮಿಯಂದು ಮಾಡುವ ಪರಾನ್ನಭೋಜನದಿಂದ ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸದ ಕಾಲುಭಾಗ ಪುಣ್ಯವೂ, ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಮಾಡುವ ಪರಾನ್ನ ಭೋಜನದಿಂದ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಪುಣ್ಯವೂ ಭೋಜನ ನೀಡಿದವರ ಪಾಲಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿ: ಇತರದಿನಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಪರಾನ್ನಭೋಜನವು ಗೃಹಸ್ಥರಿಗೆ ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕು:

ಪರಪಾಕೋ ಗೃಹಸ್ಥಸ್ಯ ಕ್ಷತ್ರಿಯಸ್ಯ ವಿಶೇಷತಃ । ನ ಯೋಗ್ಯಃ ...
– ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯ (೨೩/೪)

ದಶಮೀ ಸಂಕಲ್ಪಮಂತ್ರ

೬೮. ದಶಮೀದಿವಸೇ ಪ್ರಾಪ್ತೇ ವ್ರತಸ್ಥೋಽಹಂ ಜನಾರ್ದನ ।
ತ್ರಿದಿನಂ ದೇವ ದೇವೇಶ ನಿರ್ವಿಘ್ನಂ ಕುರು ಕೇಶವ ॥ –ಬ್ರಹ್ಮವೈವರ್ತಪುರಾಣ

ಅ: 'ಜನಾರ್ದನ! ಈ ದಶಮೀದಿನದಂದು ಮೂರು ದಿನಗಳ ವ್ರತಕ್ಕೆ ಅಣಿಯಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಸ್ವಾಮಿನ್ ದೇವ ದೇವ! ಕೇಶವ! ಇದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಅಡ್ಡಿಯೂ ಬಾರದಂತೆ ಅನುಗ್ರಹಿಸು'.

ಏಕಾದಶೀ ಸಂಕಲ್ಪಮಂತ್ರ

೬೯. ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನಿರಾಹಾರಃ ಸ್ಥಿತ್ವಾಽಹನಿ ಪರೇ ಹ್ಯಹಮ್ ।
ಭೋಕ್ಷ್ಯಾಮಿ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷ ಶರಣಂ ಮೇ ಭವಾಚ್ಯುತ ॥
– ಬೃಹನ್ನಾರದೀಯಪುರಾಣ (೨೦/೧೩)

ಅ: 'ಅಚ್ಯುತ! ಏಕಾದಶಿಯಂದು ನಾನು ನಿರಾಹಾರದಿಂದಿದ್ದು ದ್ವಾದಶೀದಿನ ಭೋಜನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ; ನೀನು ನನಗೆ ಆಸರೆಯಾಗು'.

೭೦. ಅದ್ಯ ಶ್ವಶ್ಚ ನಿರಾಹಾರೋ ಭೂತ್ವಾಽಹಂ ದ್ವಾದಶೀ ದಿನೇ ।
ವಿಧಾಸ್ಯೇ ಪಾರಣಂ ದೇವ ಪ್ರೀತೋ ಭವ ಮಮಾನಿಶಮ್ ॥

– ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: 'ಇಂದು ಹಾಗೂ ನಾಳೆ ನಾನು ನಿರಾಹಾರದಿಂದಿದ್ದು ದ್ವಾದಶೀದಿನದಂದು ಪಾರಣ ಮಾಡುವೆನು. ಸ್ವಾಮಿನ್! ನನಗೆ ಸದಾ ಪ್ರಸನ್ನನಾಗು'.

ವಿ: ಇದು ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳು ಬಂದಾಗ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸಂಕಲ್ಪ.

ದ್ವಾದಶೀ ಸಂಕಲ್ಪಮಂತ್ರ

೭೧. ಅಜ್ಞಾನತಿಮಿರಾಂಧಸ್ಯ ವ್ರತೇನಾನೇನ ಕೇಶವ ।
ಪ್ರಸೀದ ಸುಮುಖೋ ನಾಥ ಜ್ಞಾನದೃಷ್ಟಿಪ್ರದೋ ಭವ ॥

– ಬೃಹನ್ನಾರದೀಯಪುರಾಣ (೨೧/೨)

ಅ: 'ಸ್ವಾಮಿನ್! ಕೇಶವ! ಅಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಕತ್ತಲೆಯಿಂದ ಕುರುಡನಾಗಿರುವ ನನಗೆ ನೀನು ಈ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಆಚರಣೆಯಿಂದ ಪ್ರಸನ್ನನಾಗಿ ಜ್ಞಾನದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕರುಣಿಸು'.

೭೨. ಏಕಾದಶ್ಯುಪವಾಸೇನ ದ್ವಾದಶೀಪಾರಣೇನ ಚ ।
ಯದಾರ್ಜಿತಂ ಮಯಾ ಪುಣ್ಯಂ ತೇನ ಪ್ರೀಣಾತು ಕೇಶವಃ ॥

– ಬ್ರಹ್ಮವೈವರ್ತಪುರಾಣ

ಅ: 'ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶೀಪಾರಣ ಈ ಎರಡರಿಂದ ನಾನು ಗಳಿಸಿರುವ ಪುಣ್ಯದಿಂದ ಕೇಶವನು ಪ್ರೀತನಾಗಲಿ'.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಜಾಗರಣೆ ಸಹ ಅವಶ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ

೭೩. ಅಶ್ವಮೇಧಸಹಸ್ರಸ್ಯ ವಾಜಪೇಯಶತಸ್ಯ ಚ ।
ಪುಣ್ಯಂ ಕೋಟಿಗುಣಂ ಗೌರಿ ವಿಷ್ಣೋರ್ಜಾಗರಣೇ ಕೃತೇ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

ಅ: ಸಾವಿರಾರು ಅಶ್ವಮೇಧ ಮತ್ತು ನೂರಾರು ವಾಜಪೇಯಗಳಿಗಿಂತ ಕೋಟಿ ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪುಣ್ಯವು ಹರಿದಿನದಂದು ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡುವದರಿಂದ ದೊರೆಯುವದು.

೭೪. ಸತ್ಯಂ ಶೌಚಂ ತಪೋಽಧೀತಂ ದತ್ತಮಿಷ್ಟಂ ಶ್ರುತಂ ತಥಾ ।
ತಸ್ಯ ಸರ್ವಮಿದಂ ವ್ಯರ್ಥಂ ವಿನಾ ಜಾಗರಣಂ ಹರೇಃ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡದವನು ಏನೆಲ್ಲ ಸತ್ಯ, ಶೌಚ, ತಪಸ್ಸು, ಅಧ್ಯಯನ, ದಾನ, ಯಜ್ಞ, ಶ್ರವಣಾದಿ ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದರೂ ಅವೆಲ್ಲ ವ್ಯರ್ಥ-ವೆನ್ನಿಸಿಬಿಡುತ್ತವೆ.

ಏಕಾದಶೀ ದಿನದಂದು 'ಅನ್ನ' ನೈವೇದ್ಯವು ನಿಷಿದ್ಧ

೭೫. ಹರಿಶ್ಚ ದೇವತಾಃ ಸರ್ವಾಃ ಪಿತರಶ್ಚ ಮಹರ್ಷಯಃ ।
ನಾಶ್ನಂತಿ ಗರ್ಹಿತಾನ್ನಂ ತು ಸಂಪ್ರಾಪ್ತೇ ಹರಿವಾಸರೇ ॥ – ವಿಷ್ಣುರಹಸ್ಯ

ಅ: ಪರಮಾತ್ಮನಾದ ಶ್ರೀಹರಿ, ಲಕ್ಷ್ಮೀ, ಬ್ರಹ್ಮ ಮೊದಲಾದ ಇತರ ಎಲ್ಲಾ ದೇವತೆಗಳು, ಮಹರ್ಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಪಿತೃಗಳು ಇವರೆಲ್ಲರೂ ಗರ್ಹಿತವೆಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ಅನ್ನವನ್ನು ಏಕಾದಶೀದಿನದಂದು ಸರ್ವಥಾ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದಿಲ್ಲ.

ವಿ: ಲಕ್ಷ್ಮೀಬ್ರಹ್ಮಾದಿದೇವತೆಗಳು ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಯಾವದೇ ರೀತಿಯ ನೈವೇದ್ಯ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಭಾವ. ಹರಿವಾಸರದಲ್ಲಿ ಅನ್ನನೈವೇದ್ಯವು ನಿಷಿದ್ಧ ಎಂಬದು ಹರಿದಿನದಂತೆ ದಶಮೀ ಹಾಗೂ ದ್ವಾದಶಿಗಳಂದು ಒದಗುವ ಹರಿವಾಸರಪ್ರಸಂಗಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುವದು.

ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಶ್ರಾದ್ಧ ಹೋಮಾದಿಗಳು ನಿಷಿದ್ಧ

೭೬. ನ ಶ್ರಾದ್ಧಂ ತತ್ರ ಕುರ್ವೀತ ನ ಹೋಮಂ ನ ಚ ತರ್ಪಣಮ್ ।
ಯದಿ ಮೋಹಾತ್ ಪ್ರಕುರ್ವೀತ ವ್ರತಹಾನಿರ್ಭವೇದ್ಧ್ರುವಮ್ ॥
– ಸ್ಮೃತಿ(ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿ ಪು. ೯೮)

ಅ: ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಹೋಮಕಾರ್ಯಗಳನ್ನಾಗಲಿ, ಶ್ರಾದ್ಧವನ್ನಾಗಲಿ, ದೇವ-ತರ್ಪಣ, ಋಷಿತರ್ಪಣ ಮತ್ತು ಪಿತೃತರ್ಪಣವನ್ನಾಗಲೀ ಮಾಡಕೂಡದು. ಇವುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯದೇ ಮಾಡಿದರೂ ಕೂಡ ಏಕಾದಶೀವ್ರತವನ್ನು ಕೈಬಿಟ್ಟ ಮಹಾಪಾಪವು ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಸುದರ್ಶನಹೋಮವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಚರಿಸಬಹದು ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ:

'ಸುದರ್ಶನಹೋಮಸ್ತು ಶಯನಬೋಧನ್ಯೈಕಾದಶೀದಿನೇ ಕರ್ತವ್ಯಃ ಇತ್ಯಭಿಧಾನಾತ್ ತಸ್ಯ ಚ ವಿಷ್ಣುಮಾತ್ರವಿಷಯತ್ವಾತ್ ಘೃತೇನೈವ ಕಾರ್ಯತ್ವಾಚ್ಚ ತತ್ಕರಣೇ ನ ದೋಷಃ । ತದುಕ್ತಂ ಪಾದ್ಮೇ' ಎಂಬದಾಗಿ ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲಿಯಲ್ಲಿದೆ.

೨) ಪ್ರತಿವರುಷದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುವ ತಾಯ್ತಂದೆ ತಿಥಿಗಳೆಲ್ಲವು ವರ್ಜ್ಯ
'ಅತಿಶಯದ ದಿನದಲ್ಲಿ ದೇವಋಷಿಪಿತೃತರ್ಪಣವು ವರ್ಜಿತವು'
'ಸತತವು ಮಾಡುವ ಯಜ್ಞಪುರುಷನಿಗಾಹುತಿಗಳೆಲ್ಲವು ವರ್ಜ್ಯವು'–ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

೭೭. ಔಪಾಸನಂ ತಥಾ ಶ್ರಾದ್ಧಂ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞಾದಿಪಂಚಕಮ್ ।
ನ ತತ್ರ ವಿಧಿಲೋಪಃ ಸ್ಯಾತ್ ಜಯಂತ್ಯಾಂ ಹರಿವಾಸರೇ ॥

– ದತ್ತಾತ್ರೇಯಸಂಹಿತಾ

ಅ: ಔಪಾಸನ, ಶ್ರಾದ್ಧ ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ, ಮೊದಲಾದ ಪಂಚ ಮಹಾಯಜ್ಞಗಳನ್ನು ಏಕಾದಶೀ ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಜಯಂತೀ (ಮತ್ತು ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮೀ) ದಿನಗಳಂದು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡಕೂಡದು; ನಿತ್ಯವೂ ಪಂಚಮಹಾಯಜ್ಞಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಧಿ ಈ ದಿನಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅನ್ವಯಿಸುವದಿಲ್ಲ.

ವಿ: ದ್ವಾದಶಿಯಂದು 'ಹರಿವಾಸರ'ವಿದ್ದಾಗ ಸಹ ಅದು ಕಳೆದ ಮೇಲೇಯೇ ಇವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಆಚರಿಸಬೇಕು:

ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ಯದಾ ರಾಮ ಶ್ರಾದ್ಧಂ ನೈಮಿತ್ತಿಕಂ ಭವೇತ್ ।
ತದ್ದಿನಂ ತು ಪರಿತ್ಯಜ್ಯ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಶ್ರಾದ್ಧಮಾಚರೇತ್ ॥ – ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಪುಷ್ಕರಖಂಡ)

ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ತು ಪ್ರಾಪ್ತಾಯಾಂ ಮಾತಾಪಿತ್ರೋರ್ಮೃತಾಹನಿ ।
ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ತತ್ ಪ್ರದಾತವ್ಯಂ ನೋಪವಾಸದಿನೇ ಕ್ವಚಿತ್ ॥
ಗರ್ಹಿತಾನ್ನಂ ನ ಚಾಶ್ನಂತಿ ಪಿತರಶ್ಚ ದಿವೌಕಸಃ । – ಪದ್ಮಪುರಾಣ(ಉತ್ತರಖಂಡ)

ಏಕಾದಶೀ ಯದಾ ನಿತ್ಯಾ ಶ್ರಾದ್ಧಂ ನೈಮಿತ್ತಿಕಂ ಭವೇತ್ ।
ಉಪವಾಸಂ ತದಾ ಕುರ್ಯಾತ್ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಶ್ರಾದ್ಧಮಾಚರೇತ್ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

ಏಕಾದಶೀ ಶ್ರಾದ್ಧವನ್ನು ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಮಾಡಬೇಕು

೭೮. ಯಥಾಽಽಶೌಚಗತಂ ಶ್ರಾದ್ಧಮಾಶೌಚಾಂತೇ ವಿಧೀಯತೇ ।
ತಥೈವೈಕಾದಶೀಶ್ರಾದ್ಧಂ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಮೇವ ಕಾರಯೇತ್ ॥

– ಪಂಚಸಂಸ್ಕಾರಸಂಗ್ರಹ

ಅ: ವೃದ್ಧಿ, ಸೂತಕಗಳು ಬಂದಾಗ ಶ್ರಾದ್ಧವನ್ನು ಅವುಗಳು ಕಳೆದ ಮೇಲೆಯೇ ಮಾಡುವಂತೆ, ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಶ್ರಾದ್ಧ ಬಂದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಮಾಡಬೇಕು.

ವಿ: ಎರಡು ಉಪವಾಸಗಳು ಬಂದಾಗಲೂ ಸಹ ಪಾರಣೆಯ ದಿನದಂದೇ ಶ್ರಾದ್ಧವು ವಿಹಿತ.

ಸಾಧನದ್ವಾದಶೀ

೭೯. ದ್ವಾದಶ ದ್ವಾದಶೀರ್ಹಂತಿ ದ್ವಾದಶೀ ಚಾತಿಲಂಘಿತಾ ।

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೫೮)

ಅ: (ಪಾರಣದ ದಿನದಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಾತ್ರ ದ್ವಾದಶೀತಿಥಿಯು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಸಾಧನ-ದ್ವಾದಶೀ ಎನ್ನಿಸುವದು) ಅಂತಹ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ದ್ವಾದಶೀತಿಥಿಯು ಇರುವಾಗಲೇ

ಪಾರಣೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಹನ್ನೆರಡು ದ್ವಾದಶಿಗಳಂದು ಪಾರಣ ಮಾಡಿದ ಫಲವು ನಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಾಧನದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಆಹ್ನಿಕ ವಿಚಾರ

೮೦. **ಕಲಾರ್ಧಂ ದ್ವಾದಶೀಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ನಿಶೀಥಾದೂರ್ಧ್ವಮೇವ ತು ।**
ಆಮಧ್ಯಾಹ್ನಾಃ ಕ್ರಿಯಾಃ ಸರ್ವಾಃ ಕರ್ತವ್ಯಾಃ ಶಂಭುಶಾಸನಾತ್ ॥
– ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದವಿರಚಿತ 'ತಿಥಿನಿರ್ಣಯ' (ಶ್ಲೋ. ೨೮)

ಅ: ಕಲಾಮಾತ್ರ ಸಾಧನೀ ಇದ್ದಾಗ ಮಹಾನಿಶೀಥ ಕಳೆದ ಅನಂತರದ ಕಾಲದಿಂದಲೇ ಆಹ್ನಿಕವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು; ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುನ್ನವೇ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಪೂರೈಸಿಬಿಡಬೇಕು ಎಂಬದಾಗಿ ಈಶ್ವರನ ಆಜ್ಞೆ ಉಂಟು.

೮೧. **ತ್ರಯೋ ಭಾಗಾಸ್ತ್ರಿಯಾಮಾಯಾಃ ತತ್ರಾದ್ಯೌ ಸಂತ್ಯಜೇದ್ ಬುಧಃ ।**
ಭಾಗೇ ತೃತೀಯೇ ಸ್ನಾತ್ವಾ ತು ನಿತ್ಯಕರ್ಮಾಣಿ ಕಾರಯೇತ್ ॥

೮೨. **ಆಮಧ್ಯಾಹ್ನಾನಿ ಕರ್ಮಾಣಿ ರಾತ್ರಾವೇವ ವಿಧಾಯ ಚ ।**
ಸ್ವಲ್ಪಾಯಾಮಪಿ ಭದ್ರಾಯಾಂ ಪಾರಣಂ ರವಿದರ್ಶನೇ ॥

೮೩. **ಯದಾ ಸೂರ್ಯೋದಯಾತ್ ಪೂರ್ವಂ ಘಟಿಕೈಕಾಽವಶಿಷ್ಯತೇ ।**
ಸ ವೈ ಸೂರ್ಯೋದಯೋ ನಾಮ ಮುನಿಭಿಃ ಪರಿಕೀರ್ತಿತಃ ॥

೮೪. **ತತ್ಪೂರ್ವಘಟಿಕೈಕಾ ತು ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಇತೀರಿತಃ ।**
ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಂ ತದಾ ಕುರ್ಯಾದ್ಧೋಮಂ ಸೂರ್ಯೋದಯೇ ತಥಾ॥

೮೫. **ವೈಶ್ವದೇವಂ ತತಃ ಕೃತ್ವಾ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞಂ ಚ ತರ್ಪಣಮ್ ।**
ಆಪೋಶನಂ ವಿಧಾಯೈವ ಪ್ರತೀಕ್ಷೇದ್ರವಿದರ್ಶನಮ್ ॥

೮೬. **ಅರುಣೋದಯತಃ ಪೂರ್ವಂ ಕೃತಂ ಸ್ನಾನಂ ವೃಥಾ ಭವೇತ್ ।**
ಯತಃ ಪರ್ಯುಷಿತಂ ತತ್ ಸ್ಯಾತ್ ಸಾಧನದ್ವಾದಶೀಂ ವಿನಾ ।
ಸಾಧನೀಯಾಽತಿಯತ್ನೇನ ಯತಃ ಸಾ ಸಾಧನೀ ಮತಾ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಸಾಧನಿದ್ವಾದಶಿಯಂದು ರಾತ್ರಿಯ ಮೂರುಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಎರಡನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮೂರನೆಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡಿ ನಿತ್ಯಕರ್ಮಗಳ ಅನುಷ್ಠಾನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮೊದಲಾದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸಹ ಸೂರ್ಯನು ಉದಯಿಸುವ ಮುನ್ನವೇ ಪೂರೈಸಬೇಕು. ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿನ ಒಂದು ಘಳಿಗೆಯನ್ನು

'ಸೂರ್ಯೋದಯ' ಎಂದೇ ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿನ ಒಂದು ಘಳಿಗೆಗೆ ಪ್ರಾತಃಕಾಲ ಎನ್ನುವರು. ಅಂತಹ 'ಪ್ರಾತಃಕಾಲ'ದಲ್ಲಿ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕವನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಸೂರ್ಯೋದಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ವೈಶ್ವದೇವ, ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ, ದೇವಷ್ಯಾದಿ ತರ್ಪಣ-ಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿ, ಕೈಯಲ್ಲಿ ಆಪೋಶನವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಸೂರ್ಯೋದಯವನ್ನು ಎದುರು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದು, ಸೂರ್ಯನು ಉದಿಸಿದ ತತ್ಕ್ಷಣ ಭೋಜನವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಸಾಧನದ್ವಾದಶೀ ಅನುಷ್ಠಾನ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಹೊರತು ಉಳಿದ ದಿನ-ಗಳಲ್ಲಿ ಅರುಣೋದಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆಯೇ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವದು ವಿಹಿತವಾಗಿಲ್ಲ. ಹೀಗೆ ಅತಿಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಸಾಧಿಸಲ್ಪಡಬೇಕಾದ್ದರಿಂದಲೇ ಇದಕ್ಕೆ 'ಸಾಧನೀ' ಎಂದು ಹೆಸರು.

ವಿ: ೧) ಇದು ಕಲಾಮಾತ್ರಸಾಧನೀ ಇದ್ದಾಗ ಅನ್ವಯಿಸುವ ವಿಶೇಷವಿಧಿ. ಕಲಾಮಾತ್ರ-ಸಾಧನದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ, ವೈಶ್ವದೇವ-ಗಳನ್ನೂ, ಔಪಾಸನ, ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮೊದಲಾದ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದವರೆಗಿನ ಸಕಲ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನೂ ಪೂರೈಸಬೇಕು ಎಂಬದು ವಿಶೇಷ:

ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞಂ ದೇವಋಷಿತರ್ಪಣಂ ಚ ಕೃತ್ವಾ ಸೂರ್ಯೋದಯಾತ್ಪೂರ್ವಮೇವ ಔಪಾಸನ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಸಂಧ್ಯಾಧಿಕಂ ಸರ್ವಂ ಕೃತ್ವಾ ಸೂರ್ಯೋದಯಾನಂತರಂ ಸೂರ್ಯಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ದ್ವಾದಶೀಮಧ್ಯೇ ಏವ ಪಾರಣಂ ಕಾರ್ಯಮ್ ॥ – ಸ್ಮೃತ್ಯರ್ಥಸಾಗರ

೨) ಇದರಂತೆ ಸಕಲಸಾಧನದ್ವಾದಶಿಗಳಲ್ಲೂ, ಇತರದ್ವಾದಶಿಗಳಲ್ಲೂ ಪಾರಣೆಗಿಂತ ಮುಂಚಿತವಾಗಿಯೇ ಬ್ರಹ್ಮಯಜ್ಞ, ವೈಶ್ವದೇವಗಳಂತೆ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸಬೇಕು ಎಂಬದು ಮತ್ತೊಂದು ವಿಶೇಷಾಂಶ :

ಯದಾ ಭವೇದತೀವಾಲ್ಪಾ ದ್ವಾದಶೀ ಪಾರಣಾದಿನೇ ।
ಉಷಃಕಾಲೇ ದ್ವಯಂ ಕುರ್ಯಾತ್ ಪ್ರಾತರ್ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಂ ಚ ಯತ್ ॥ – ಸ್ಕಂದಪುರಾಣ

೩) ಧನುರ್ಮಾಸದ ದ್ವಾದಶಿಗಳನ್ನು ಹರಿವಾಸರವಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕಲಾಮಾತ್ರಸಾಧನೆ-ಯಂತೆಯೇ ಆಚರಿಸಬೇಕು ಎಂಬದು ಶಾಸ್ತ್ರವಿಧಿ.

ಆಪತ್ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಾಧನ ದ್ವಾದಶೀ ಪಾರಣದ ವಿಧಿ

೮೭. ಪಾರಯಿತ್ವೋದಕೇನಾಪಿ ಭುಂಜಾನೋ ನೈವ ದುಷ್ಯತಿ ।
ಅಶಿತಾ ಅನಶಿತಾ ಯಸ್ಮಾದಾಪೋ ವಿದ್ವದ್ಭಿರೀರಿತಾಃ॥
ಅಂಭಸಾ ಕೇವಲೇನೈವ ಕರಿಷ್ಯೇ ವ್ರತಪಾರಣಮ್ ॥

– ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ (ಶ್ಲೋ. ೧೬೨)

ಅ: 'ಉದಕಪ್ರಾಶನವು ಉಂಡಂತೆಯೂ ಹೌದು; ಉಪವಾಸವಿದ್ದಂತೆಯೂ ಹೌದು ಎಂದು ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಹೇಳುವರು. ಅದರಿಂದ ನಾನು ಕೇವಲ ಜಲದಿಂದಲೇ ವ್ರತದ ಪಾರಣೆ-ಯನ್ನು ಮಾಡುವೆನು'; ಹೀಗೆ ಉದಕದಿಂದ ಪಾರಣೆ ಮಾಡಿ, ಬಳಿಕ ಭೋಜನ ಮಾಡುವದು ತಪ್ಪಲ್ಲ.

ವಿ: ೧) ಅನಿವಾರ್ಯಕಾರಣಗಳಿಂದ (ಸಾಧನಿ)ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಸಕಾಲಕ್ಕೆ ಪಾರಣೆ ಅಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ, ಜಲಪಾನವನ್ನಾದರೂ ಮಾಡಿ ಪಾರಣೆಯ ನಿಯಮವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕು ಎಂದರ್ಥ.

೨) ಇದರಿಂದ ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕಿಂತ ಮುಂಚೆ ಎಂದೂ ಭೋಜನ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶವು ತಿಳಿಯುವದು.

೩) ಅಂತಹ ಉದಕಪಾರಣಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಈ ಶ್ಲೋಕವೇ 'ಪಾರಣಮಂತ್ರವಾಗಿದೆ' ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ (ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲೀ).

೪) ಇಂತಹ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಜಲಪ್ರಾಶನವನ್ನು ಮಾಡಿ, ಉಳಿದ ಆಹ್ನಿಕವನ್ನು ಪೂರೈಸಿ, ಬಳಿಕ ಭೋಜನ ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದರ್ಥ:

ಸಂಕಟೇ ವಿಷಮೇ ಪ್ರಾಪ್ತೇ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಪಾರಯೇತ್ಕಥಮ್ ।
ಅದ್ಭಿಸ್ತು ಪಾರಣಂ ಕುರ್ಯಾತ್ ಪುನರ್ಭುಕ್ತಂ ನ ದೋಷಕೃತ್ ॥ – ದೇವಲಃ

೫) ದುರ್ವಾಸರು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆಗಮಿಸದಿದ್ದಾಗ ಅಂಬರೀಷರಾಜನು ಹೀಗೆ ಜಲಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಿಯೇ ಪಾರಣೆಯ ವಿಧಿಯನ್ನು ಪೂರೈಸಿದ ವಿವರ ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ.

ಪತ್ನಿ ಮೊದಲಾದವರಿಗೆ ಸಾಧನದ್ವಾದಶೀ ಮೀರಿದ ದೋಷವಿಲ್ಲ

೮೮. **ಪತ್ನೀ ಪತಿವ್ರತಾ ಯಾ ಸ್ಯಾತ್ ಪರಾಧೀನೋಽಪಿ ಯೋ ಜನಃ ।**
ಸ ತೀರ್ಥಪಾರಣಂ ಕೃತ್ವಾ ಪಶ್ಚಾದ್ಭುಕ್ತ್ವಾ ಫಲಂ ಭವೇತ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಪತಿಪರಾಯಣೆಯಾದ ಪತ್ನಿ ಮತ್ತು ಮತ್ತೊಬ್ಬರಿಗೆ ಅಧೀನನಾದ ವ್ಯಕ್ತಿ(ಭೃತ್ಯ) ಇವರು ಮಾತ್ರ ದ್ವಾದಶೀ ಕಳೆಯುವ ಮುನ್ನ ತೀರ್ಥಪಾರಣವನ್ನು ಮಾಡಿ ಅನಂತರ ಭೋಜನ ಮಾಡಬಹುದು; ಇದರಿಂದ ವ್ರತಭಂಗ ದೋಷವು ಬರದೆ ಸಕಾಲಪಾರಣದ ಫಲವೇ ದೊರೆಯುವದು.

ಸಾಧನದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಶ್ರಾದ್ಧವಿದ್ದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ

೮೯. **ತಥಾವಿಧಾಯಾಂ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಪಿತೃಶ್ರಾದ್ಧಂ ಭವೇದ್ಯದಿ ।**
ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಬ್ರಾಹ್ಮಣಾನ್ ಪೂರ್ವಂ ಭೋಜಯಿತ್ವಾ ಫಲಂ ಲಭೇತ್ ।
ನ ತತ್ರ ವ್ರತಹಾನಿಃ ಸ್ಯಾತ್ ಭುಂಜಾನಸ್ಯ ತತಃ ಪರಮ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಅ: ಸಾಧನಿದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಶ್ರಾದ್ಧವು ಒದಗಿದಲ್ಲಿ ದ್ವಾದಶೀ ಕಳೆಯುವ ಮುನ್ನವೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಗೆ ಭೋಜನವನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಬಿಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ತಾನು ಭೋಜನ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದು ಸಹ 'ಸಾಧನೀ' ತಪ್ಪಿದ ದೋಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ವಾಗುವದಿಲ್ಲ.

ದಶಮೀ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶಿಗಳಂದು ಹರಿವಾಸರ

೯೦. ಏಕಾದಶ್ಯಾಃ ಪ್ರಾಂತಭಾಗೋ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಃ ಪೂರ್ವ ಏವ ಚ ।
ಹರಿವಾಸರನಾಮಾಽಸೌ ಸರ್ವಕಾಲೋತ್ತಮಃ ಸ್ಮೃತಃ ।

೯೧. ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾ ಸುರಾಪಾನಂ ಸ್ತೇಯಂ ಗುರ್ವಂಗನಾಗಮಃ ।
ತಸ್ಮಿಂಸ್ತು ಭುಂಜತಃ ಪಾಪಾನ್ಯೇಕಸ್ಥಾನಿ ಭವಂತ್ಯುತ ॥

– ಶ್ರೀವಿಷ್ಣುತೀರ್ಥರ 'ಸಂನ್ಯಾಸಪದ್ಧತಿ' (೧೮೧, ೧೮೨)

ಅ: (ದಶಮೀವಿದ್ಧ) ಏಕಾದಶಿಯ ಕೊನೆಯ ಭಾಗಕ್ಕೂ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶೀ ತಿಥಿಯ ಮೊದಲನೆಯ ಭಾಗಕ್ಕೂ ಸಹ 'ಹರಿವಾಸರ' (ಹರಿದಿನ) ಎಂದೇ ಹೆಸರು. ಇದೂ ಸಹ ಉಪೋಷಣಾರ್ಥವಾದ ಪುಣ್ಯಕಾಲವೇ ಆಗಿದೆ. ಆಗ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವದು ಸಹ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾದಿ ಎಲ್ಲ ಮಹಾಪಾತಕಗಳಿಗೂ ಸಮವೆನಿಸುವ ಅಪರಾಧವಾಗುತ್ತದೆ.

ವಿ: ೧) ಆದ್ದರಿಂದ ದಶಮೀದಿನ ಹರಿವಾಸರವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದು ಕಳೆದ ಮೇಲೆಯೇ ಪಾರಣ ಮಾಡಬೇಕು.

೨) ದ್ವಾದಶಿಯಂದು ಹರಿವಾಸರವು ಸಂಗವಕಾಲದ ಅನಂತರವೂ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಅಂದು ಸಹ ಉಪವಾಸವನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು.

ದ್ವಾದಶ್ಯಾಮಾದ್ಯಪಾದಸ್ತು ಸಂಗವಾತ್ ಪರತೋ ಯದಿ ।
ಉಪವಾಸದ್ವಯಂ ಕಾರ್ಯಂ ಅನ್ಯಥಾ ನರಕಂ ವ್ರಜೇತ್ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

ಹರಿವಾಸರತಃ ಪೂರ್ವಂ ದಶಮ್ಯಾಂ ಭೋಜನಂ ಸ್ಮೃತಮ್ ।
ತಸ್ಮಿನ್ನತೀತೇ ಕರ್ತವ್ಯಂ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಂ ಪಾರಣಂ ಬುಧೈಃ ॥ – ವರಾಹಪುರಾಣ

೩) ಇದು ನಾರಾಯಣಪಂಡಿತಾಚಾರ್ಯರ 'ದಿನತ್ರಯಮೀಮಾಂಸಾ' ಮತ್ತು ಛಲಾರೀ ಶೇಷಾಚಾರ್ಯರ 'ನಿರ್ಣಯರತ್ನ' ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಮಹಿಮೆ

೯೨. ದೇವಾ ವೈ ಪ್ರಜಾಪತಿಮಬ್ರುವನ್ ಕೇನ ವೈ ಮನುಷ್ಯಾಸ್ತರಂತೀತಿ। ಸಹೋವಾಚ ಜ್ಞಾನಕರ್ಮಣೋಸ್ತರಂತೀತಿ। ಜ್ಞಾನಮುಪದಿಷ್ಟಂ, ಕರ್ಮ ವ್ಯಾಖ್ಯಾಸ್ಯಾಮೋ ನಿತ್ಯಂ ನೈಮಿತ್ತಿಕಮ್। ತದ್ಭೇದಾಃ ಸಂಧ್ಯಾ ಹೋಮ ವ್ರತಾದಯೋ ವ್ರತೇಽಪ್ಯಹ್ನಿ ಪರಬ್ರಹ್ಮಣಃ ಉಪವಸೇತ್ ಸ ಹಿ ಶ್ರೇಷ್ಠಂ ಪರಂ ಪಾರಂ ತಾರಯತೀತಿ। ತೇ ಹೋಚುಃ। ಕಥಂ ಭಗವ ಇತಿ ಸ ಹೋವಾಚ॥ ಏತಸ್ಮಿನ್ ಬ್ರಹ್ಮದಿವಸೇ ನಾಗ್ನಿಂ ಜುಹುಯಾನ್ನ ಶ್ರಾದ್ಧಂ ಕುರ್ಯಾತ್

ನ ಕಿಮಪಿ ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕಾದಿ। ದೇವರ್ಷಿಪಿತೄನ್ನ ತರ್ಪಯೇತ್ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ವಿನಾ ಪಂಚ ಮಹಾಯಜ್ಞಾನ್। ತಸ್ಮಾದ್ಯದಿಹ ವಾ ವ ತರ್ಪಯೇತ್ ಸ ಪಿತೃಹಾ ಮಾತೃಹಾ ಸ ದೇವಹಾ ಸೋऽಗ್ನಿಹಾ ಸ ಸರ್ವಹಾ ಭವತೀತಿ ಸ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ಸಾಯುಜ್ಯತಾಂ ಸಲೋಕತಾಂ ನ ಗಚ್ಛತಿ ಯ ಏವಂ ವೇದ ಇತ್ಯುಪನಿಷತ್ ।

– ಬಾಭ್ರವ್ಯಶ್ರುತಿಃ (ಶತಪಥಬ್ರಾಹ್ಮಣ)

ಅ: ದೇವತೆಗಳು ಪ್ರಜಾಪತಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಾರೆ: 'ಮನುಷ್ಯರ ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗೆ ಹಾದಿ ಯಾವದು?'; ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಜಾಪತಿಯು ಉತ್ತರಿಸುತ್ತಾನೆ: 'ಜ್ಞಾನ, ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಸಂಸಾರ-ವನ್ನು ದಾಟಬಹದು. ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿಸಿಯಾಗಿದೆ; ಕರ್ಮವನ್ನು ತಿಳಿಸುವೆವು. ಅದು ನಿತ್ಯ, ನೈಮಿತ್ತಿಕ ಎಂದು ಎರಡು ಬಗೆ. ಅವು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ, ಹೋಮಕಾರ್ಯ (ಪಂಚ ಮಹಾ-ಯಜ್ಞಗಳು) ವ್ರತ ಮೊದಲಾಗಿ ಅನೇಕ ಬಗೆ. ಶ್ರೀಹರಿಯ ದಿನದಂದು ಉಪವಾಸವನ್ನು ಆಚರಿಸಲೇಬೇಕು; ಅದು ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಅಭ್ಯುದಯ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ. ದೇವತೆಗಳು ಮತ್ತೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ: ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಆಚರಿಸುವದು? ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಜಾಪತಿಯು ಉತ್ತರಿಸು-ತ್ತಾನೆ: ಈ ಏಕಾದಶೀ ದಿನದಂದು ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಏನನ್ನೂ ಹೋಮಿಸಕೂಡದು; ಶ್ರಾದ್ಧವನ್ನೂ ಮಾಡಕೂಡದು; ಪಿತೃಗಳಿಗೆ ನಿತ್ಯತರ್ಪಣವನ್ನು ಸಹ ಕೊಡಕೂಡದು; ಆ ದಿನ ಮಾಡ-ಬೇಕಾದ ಅತಿ ಮುಖ್ಯಕಾರ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನವೇ. ಆ ದಿನ ಪಿತೃತರ್ಪಣಾದಿಗಳನ್ನು ಕೊಡುವವನು ತಂದೆ, ತಾಯಿ, ದೇವ, ಅಗ್ನಿ ಮೊದಲಾದ ಎಲ್ಲ ಪೂಜ್ಯರನ್ನೂ ಹತ್ಯೆಮಾಡಿದ ಪಾಪಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾನೆ. ಅವನಿಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಯುಜ್ಯ, ಸಾಲೋಕ್ಯ ಮೊದಲಾದ ಯಾವದೇ ಮುಕ್ತಿಯು ಎಂದಿಗೂ ದೊರಕುವದೇ ಇಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ; ಇದು ತುಂಬಾ ರಹಸ್ಯವಾದ ಪ್ರಮೇಯ.

೯೩. **ಅಥೇದಾನೀಂ ಜ್ಞಾನೋಪಸರ್ಗಾ ರಾಜನ್ ಮೋಹಜಾಲಸ್ಯೈತೇ ವೈ ಯೋನಯಃ.....**
ಅಥ ಯೇ ಚಾನ್ಯೇ ವ್ರತವಿಲೋಪಿನೋ ವಿಕರ್ಮಸ್ಥಾ ಹರಿದಿನೇ ಹ ವೈ ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕಶ್ರಾದ್ಧಹೋಮತರ್ಪಣಾಧಿಕಾರಿಣಃ.......

– ಮೈತ್ರಾವರುಣೋಪನಿಷತ್

೯೪. **[1]ಏಕಾದಶ್ಯಾಂ ನ ಭುಂಜೀತ ಪಕ್ಷಯೋರುಭಯೋರಪಿ ।**
ನ ಶ್ರಾದ್ಧಹೋಮೌ ಕುರ್ವೀತ ದೇವಾದೀನ್ನ ತು ತರ್ಪಯೇತ್ ॥

– ಪೈಂಗಿಶ್ರುತಿ

೧. ಇದು ಛಲಾರೀನರಸಿಂಹಾಚಾರ್ಯರ 'ಸ್ಮೃತ್ಯರ್ಥಸಾಗರ' ಮತ್ತು ಛಲಾರೀಶೇಷಾಚಾರ್ಯರ 'ನಿರ್ಣಯರತ್ನ' ಎಂಬ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಉದಾಹರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ.

ಅ: ಉಭಯ(ಶುಕ್ಲ ಹಾಗೂ ಕೃಷ್ಣ)ಪಕ್ಷಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಏಕಾದಶಿಯಂದು ಯಾವದೇ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸಕೂಡದು; ಶ್ರಾದ್ಧಹೋಮಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಕೂಡದು; ದೇವತೆಗಳು ಮೊದಲಾದವರಿಗೆ ತರ್ಪಣವನ್ನೂ ಕೊಡಕೂಡದು.

ವಿ: ಶ್ರುತಿಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀವ್ರತದ ಉಲ್ಲೇಖ ಬಂದಿರುವ ವಿವರ ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರ ಕೃತಿಯಲ್ಲೂ ಸೂಚಿತವಾಗಿದೆ:

ಹರಿದಿನದಲಿ ಉಂಡ ನರರಿಗೆ ಘೋರ-
ನರಕ ತಪ್ಪದು ಎಂದು ಶ್ರುತಿಯು ಸಾರುತಲಿದೆ ॥ **– ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು**

ಅಧಿಕಸಿದ್ಧಾಂತದಿಂದಲೇ ದಿನತ್ರಯನಿರ್ಣಯ

೯೫. ವೃದ್ಧೌ ಪ್ರವೃದ್ಧಸಿದ್ಧಾಂತಮಧಿಗಮ್ಯ ಮುನೀಶ್ವರಾಃ ।
ದೈವಜ್ಞೈಃ ನಿರ್ಣಯಃ ಕಾರ್ಯೋ ದಶಮ್ಯಾದಿನತ್ರಯೇ ॥

– ಪಂಚಸಂಸ್ಕಾರಸಂಗ್ರಹ

ಅ: ಎಲೈ ಮುನಿಶ್ರೇಷ್ಠರೇ! ದಶಮೀ, ಏಕಾದಶೀ ಮತ್ತು ದ್ವಾದಶೀ ಈ ಮೂರು ತಿಥಿಗಳ ನಿರ್ಣಯವನ್ನು ಜ್ಯೋತಿಷ್ಕರು ಪ್ರವೃದ್ಧಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿಯೇ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು.

ವಿ: ೧) ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರವೃದ್ಧಸಿದ್ಧಾಂತ ಎಂದರೆ ಆರ್ಯಮಾನ ಎಂದರ್ಥ. ಇತರ ಮಾನಗಳಿಗಿಂತ ಅದು ಅಧಿಕವಾಗಿರುವದೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ.

೨) ಇಂದು ಆರ್ಯಮಾನದ ಗಣನೆಯಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಅಭಿಪ್ರಾಯಭೇದ ಕಂಡುಬರುತ್ತಿದೆ.

೩) ಇಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯತಃ ಆರ್ಯಮಾನದ ರೀತ್ಯಾ ಏಕಾದಶೀನಿರ್ಣಯ ವಿಹಿತ ಎಂದಾದರೂ, ಸಂದೇಹ ಒದಗಿದ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ದ್ವಾದಶಿಯಂದೇ ಉಪವಾಸ ವಿಹಿತ ಎಂಬ ವಿಶೇಷಾಂಶ ಈಗಾಗಲೇ ಬಂದಿದೆ.

೪) 'ದ್ವಾದಶೀತಿಥಿಗೆ ಆರ್ಯಮಾನ ಗಣನೆಯು ಅನ್ವಯಿಸುವದಿಲ್ಲ' ಎಂಬ ಕೆಲವರ ವಾದವನ್ನು ರಾಘವೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿಗಳ ಶಿಷ್ಯ ಕೃಷ್ಣಾಚಾರ್ಯರು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ನಿರಾಕರಿಸಿರುವರು :

'(ಆಧುನಿಕಾಃ)' ...ದಶಮ್ಯಾದಿದಿನತ್ರಯೇ ಅಧಿಕಸಿದ್ಧಾಂತೇನ ಗಣನಾಕರ್ತವ್ಯತ್ವೇ ಸಿದ್ಧೇऽಪಿ ದ್ವಾದಶ್ಯಾಃ ಆರ್ಯಭಟೇನ ಗಣನಂ ನಾಸ್ತಿ, ಕಿಂತು ಸಿದ್ಧಾಂತೇನೈವೇತಿ ಮತ್ವಾ ಹರಿವಾಸರಾನಂತರಂ ಪೂರ್ವದಿನೇ ಏವ ಪಾರಣಂ ಕುರ್ವತೇ। ಅಸ್ಮದ್ಗುರುಶಿರೋಮಣಯಸ್ತು ಯಥಾ ಸಂಪ್ರದಾಯಮಾಚರಂತೀತಿ ಸರ್ವಮನವದ್ಯಮ್' ॥ – ಸ್ಮೃತಿಮುಕ್ತಾವಲೀ-ಕಾಲನಿರ್ಣಯಪ್ರಕರಣ (ಉಡುಪಿಮುದ್ರಣ, ಪು. ೮೪)

---

೨. ಇದು ಛಲಾರೀ ಶೇಷಾಚಾರ್ಯರ 'ನಿರ್ಣಯರತ್ನ' ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಉದ್ಧೃತವಾಗಿದೆ. ಶ್ರೀಮದಾಚಾರ್ಯರು ಅನೇಕಬಾರಿ ಉದಾಹರಿಸಿರುವ ಪೈಂಗಿಶ್ರುತಿಯು ಅಪ್ರಸಿದ್ಧವಲ್ಲವೆನ್ನಲು ಇದೊಂದು ಉತ್ತಮ ಪುರಾವೆಯೂ ಆಗಿದೆ.

ಉಪವಾಸ ವ್ರತದ ಫಲ

೯೬. ವಿಷಯಾ ವಿನಿವರ್ತಂತೇ ನಿರಾಹಾರಸ್ಯ ದೇಹಿನಃ ।
ರಸವರ್ಜಂ ರಸೋಽಪ್ಯಸ್ಯ ಪರಂ ದೃಷ್ಟ್ವಾ ನಿವರ್ತತೇ[1] ॥

– ಭಗವದ್ಗೀತೆ (೨/೫೯)

ಅ: ದುರ್ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ಆಕರ್ಷಿತವಾಗುವದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಉಪವಾಸ ವ್ರತದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಕುರಿತ ಮಾನಸಿಕ ಅಭಿಲಾಷೆಯು ಮಾತ್ರ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿದ್ದರೂ, ಅದು ಸಹ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಒದಗಿದಾಗ ನಿವೃತ್ತವಾಗುವದು.

ವಿ: ೧) ಅಂದರೆ ಉಪವಾಸದಿಂದಾಗಿ ಕ್ರಮವಾಗಿ ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನವು ಲಭಿಸಿ, ಕೊನೆಗೆ ಮುಕ್ತಿಯು ಖಚಿತವಾಗಿ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವ.

೨) ಏಕಾದಶೀವ್ರತವು ಹೀಗೆ ಇಂದ್ರಿಯನಿಗ್ರಹ, ಮನಃಶುದ್ಧಿ, ದೇಹಶುದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿ ಸಮಸ್ತ ಐಹಿಕ ಪಾರತ್ರಿಕ ಸಿದ್ಧಿಗಳಿಗೆ ಮೂಲವೆನ್ನಿಸಿದೆ. ಆರೋಗ್ಯಪ್ರಾಪ್ತಿಗಂತೂ ಇದು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವೇ ವಿಧಿಸಿರುವ ಅಪೂರ್ವ ಉಪಾಯ (**'ಲಂಘನಂ ಪರಮೌಷಧಮ್'**). ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪ್ರೀತಿ ಇದರ ಅತ್ಯಂತಮುಖ್ಯವಾದ ಪ್ರಯೋಜನ.

★★★★★

॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಸಮರ್ಪಿತಂ ಮಯಾ ಭವೇತ್ ಸುಮಧ್ವನುತ್ತವಾಣಿನಾ ।
ರಮಾರಮೇಶಪಾದಯೋಃ ಪ್ರಭಂಜನಾಭಿಧಾಯುಜಾ ॥

✻✻✻✻✻✻

---

೧. ವಿವರಗಳಿಗೆ ಶ್ರೀಟೀಕಾಕೃತ್ಪಾದರು 'ಗೀತಾಭಾಷ್ಯಪ್ರಮೇಯದೀಪಿಕೆ' ಮತ್ತು ರಾಘವೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿಗಳು 'ಗೀತಾವಿವೃತ್ತಿ'ಗಳಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಬರೆದಿರುವ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳನ್ನು ನೋಡಿ.

ಇಂದ್ರಿಯಾಣಿ ಜಯಂತ್ಯಾಶು ನಿರಾಹಾರಾ ಮನೀಷಿಣಃ ।
ವರ್ಜಯಿತ್ವಾ ತು ರಸನಾಮಸೌ ರಸ್ಯೇ ತು ವರ್ಧತೇ ॥ – ಭಾಗವತ (೧೧/೮/೨೦)

ಪರಿಷಿಷ್ಟ - ೧

'ಹರಿದಿನ' – ಹರಿದಾಸರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ

ಉಪವಾಸವ್ರತಗಳಲ್ಲದೆ ಜೀವ
ತಪಸಿಯೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲರಿಯನಂತೆ
(ಮರುದಂಶನ ಮತ ಹಿಡಿಯದೆ ಇಹ–
ಪರದಲ್ಲಿ ಸುಖವಿಲ್ಲವಂತೆ) – ಶ್ರೀಶ್ರೀಪಾದರಾಜರು

ಭೋಗಿಶಯನನ ದಿನದಿ ಸಕಲಭೋಗಗಳನ್ನು ತಾನು ತೊರೆದು
ಭಾಗವತರ ಮೇಳದಿಂದ ಜಾಗರಣೆ ಮಾಡದವನ ಜನ್ಮ
(ವ್ಯರ್ಥವಲ್ಲವೆ ಜನ್ಮ ವ್ಯರ್ಥವಲ್ಲವೆ) – ಶ್ರೀಶ್ರೀಪಾದರಾಜರು

ಹರಿಚಿಹ್ನಾಂಕನ **ಹರಿದಿನದುಪವಾಸ**
ಸಿರಿ ಊರ್ಧ್ವಪುಂಡ್ರ ತುಳಸಿಮಾಲಿಕೆ
ಹರಿಯುತ್ಸವ ಸೇವೆ ಹರಿದಾಸರ ಸಂಗ
ದುರಿತಾಬ್ಧಿಗೆ ಕುಂಭಸಂಭವನಲ್ಲವೆ
(ದೂರಕ್ಕೆ ದೂರನೆಂದು ಹೆರೆ ಸಾರಲಿ ಬೇಡ
ಸಾರಿಗೆ ಸಾರಿ ನಮ್ಮ ಕೃಷ್ಣನ್ನ ಸಾರಿರ್ಯೆಯ್ಯ) – ಶ್ರೀವ್ಯಾಸರಾಜರು

ಹರಿನಾಮ ಹರಿಪಾದ ತೀರಥವಿರಲು
ಹರಿದಿನ ಹರಿದಾಸರ ಪಾದರಜವಿರಲು
ದುರಿತದ ಭಯವ್ಯಾಕೆ ನರಕದ ಭೀತ್ಯಾಕೆ
ಹರಿದಿನ ಹರಿದಾಸರ ಪಾದರಜವಿರಲು
(ದೇಹ ಜೀರ್ಣವಾಯಿತು – ಸುಳಾದಿ) – ಶ್ರೀವ್ಯಾಸರಾಜರು

ಹರಿದಿನಕೆ ಮರುದಿನ ಸರಿಯಲ್ಲವೆಂತೆಂದು
ಹರಿವ ಹಾವನು ಹಿಡಿಯಲೆ
(ಅನುದಿನವು ಶ್ರವಣ ಮನನಾದಿ ಸಾಧನ ಮಾಡೊ
ಇನ್ನು ಸಂಶಯವ್ಯಾತಕೋ) – ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜರು

ಏಕಾದಶಿಯ ಮಾಡಿ ಯತಿಗಳೊಡನೆ ಆಡಿ
ಲೋಕವಾರ್ತೆಗಳನೀಡಾಡಿ
ಶ್ರೀಕಾಂತನನು ಪಾಡಿ ಸುಕೃತಿಗಳೊಡನೆ ಕೂಡಿ
ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನಂಘ್ರಿಗಳ ನೋಡಿ
(ಗುರುಹಿರಿಯರನುಸರಿಸಿ ಹರಿಯ ಮನದೊಳಗಿರಿಸಿ
ಪರಗತಿಯ ಬೇಗ ಸಾಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಿರೋ) – ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜರು

ಹರಿದಿನದುಪವಾಸವಿರುಳು ಜಾಗರವ ನೀ ಮರೆಯದಿರೆಚ್ಚರಿಕೆ
(ನಾರಾಯಣನೆಂಬ ನಾಮವ ಮನದಲಿ ನೆನೆವುತಿರೆಚ್ಚರಿಕೆ) – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

ವ್ರತಗಳೆಲ್ಲವು **ಹರಿವಾಸರ** ವ್ರತದ ಹಿಂದೆ
(ವಿದಿತದೈವಗಳೆಲ್ಲ ವಿಷ್ಣುವಿನ ಹಿಂದೆ) – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

ಶೌರಿದಿನ ವ್ರತವನಾಚರಿಸದವ ಭ್ರಷ್ಟ
(ಭ್ರಷ್ಟರಾದರು ಮನುಜರು) – ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರು

ನೇಮದಿ ಉಪವಾಸ ಆ ಮಹಾ **ಏಕಾದಶಿ**
ಕಾಮಜನಕನನ್ನು ಪ್ರೇಮದಿ ಸ್ಮರಿಸದೆ
(ಹ್ಯಾಂಗೆ ನೀ ದಾಸನಾದಿ ಪ್ರಾಣಿ) – ಶ್ರೀಕನಕದಾಸರು

ಏಕಾದಶಿಯ ಮಾಡದವನ ವ್ರತವು ಯಾತಕೆ
(ಮಧ್ವಮತವ ಪೊಂದದವನ ಭಕುತಿಯಾತಕೆ) –ವಿಜಯದಾಸರು

ಸಕಲ ದಿನಂಗಳು **ಹರಿದಿನದ** ತರುವಾಯ
(ಆವ ಸುಕೃತವೊ ಆವ ಗುರುಗಳ ದಯವೊ) – ವಿಜಯದಾಸರು

ಹರಿದಿನದುಪವಾಸ ಜಾಗರ ಪಾರಣೆ
ಗುರುಹಿರಿಯರಲಿ ವಿಹಿತ ಸೇವೆ
ಹಿರಿದಾಗಿ ಮಾಡೋದು ಪರಿಪರಿಯಿಂದಲಿ
ಹರುಷದಿಂದಲಿ ನಲಿದಾಡುವುದೆಲ್ಲ
(ದಾಸರ ಭಾಗ್ಯವಿದು) – ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರು

ಬಿಸಜನಾಭನ ದಿವಸ ಮಾಡದಿದ್ದವ ಹೊಲೆಯ – ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರು

ವಾಸುದೇವನ ವಾಸರದಲಿ ಉಂಬರ
ಹಾಸುಗಲ್ಲಿನ ಮೇಲೆ ಬೀಳಿಸಿ ಅಪ್ಪಳಿಸಿ ಆ
ಕಾಶಕ್ಕೊಗೆದು ಖಡ್ಗರಾಶಿಯೊಳ್ ಬೀಳಲು
ಕೇಶವಿಡಿದು ಕೆಡಹಿ ಘಾಸಿಸಿ ಬಾಯೊಳು
ಸೀಸವ ಕಾಸಿ ಎರೆದು – ಸಾಸುವೆ ತುಂಬಿ
ನಾಸಿಕ ಕೊಯ್ಯುವರೋ – ಕೀಸಿಸಿ ಗೂಟ
ಹೇಸದೆ ಬಡಿಸುವರೋ – ತಮಸಿನೊಳು
ಏಸುಜನ್ಮಕೆ ಗತಿಯಿಲ್ಲವೆನಿಸುವರೊ
(ಎಚ್ಚರಿಕೆಚ್ಚರಿಕೆ ಮನವೆ ಇನ್ನು) – ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರು

ದಶಮಿ **ಏಕಾದಶಿ** ದ್ವಾದಶಿ ದಿನತ್ರಯದಿ ಅಶನವೆರಡ್ಹೊತ್ತುಣ್ಣುತ
ಘಸಘಸನೆ ತಾಂಬೂಲ ಪಶುವಿನಂದದಿ ಮೆದ್ದು
ಕುಸುಮಗಂಧಿಯ ರಮಿಸುತ – ನಗುತ
(ಸಿರಿರಮಣ ತವ ಚರಣ ದೊರಕುವದು ಹ್ಯಾಂಗಿನ್ನು
ಪರಮ ಪಾಪಿಷ್ಠ ನಾನು) – ಶ್ರೀಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

ಉಪರಾಗ ದಶಮಿ ದ್ವಾದಶಿ ದಿವಸ ಮೊದಲಾದ ಉಪೇಕ್ಷೆ ಮಾಡಿ ಕಳೆದೆ
(ಶ್ರೀಮಧ್ವ ಚಿತ್ತಮಂದಿರನೆ ನಿನ್ನಯ ಚರಣತಾಮರಸ ನೆರೆ ನಂಬಿದೆ) –ಶ್ರೀಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

ನಾಗೇಂದ್ರಶಯನನ ದಿನದುಪವಾಸವ
ಜಾಗರ ಮಾಡದೆ ಮಲಗಿಪ್ಪಳಾ
ಭಾಗವತ ಸಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಗಳ ಕೇಳದೆ ಮತ್ತಳಾಗಿ
ತಿರುಗುವಳ ಕರೆದು ತನ್ನಿರೋ ಎಂದು
(ಸಾರಿದ ಡಂಗುರ ಯಮನು ಪಾಪಿ
ಸಾರಿಯರೆಳೆತಂದು ನರಕದೊಳಿಡಿರೆಂದು) – ಶ್ರೀಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

ವೇದ ವ್ಯಾಕರಣ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳೋದಿ ಶ್ರಾದ್ಧವೇ –
ಕಾದಶೀ ದಿನದಿ ಮಾಡುತಲಿಪ್ಪರಾ
ಭೇದಮಿಥ್ಯವೆನುತಲಿಪ್ಪ ಮಾಯ–
ವಾದಿಗಳೆಳತಂದು ನರಕದೊಳಿಡಿರೆಂದು
(ಯಮರಾಯ ಪೇಳ್ದ ದೂತರಿಗೆ ಲಕ್ಷ್ಮೀ–
ರಮಣನ ದಾಸರಿದ್ದೆಡೆಗೆ ಪೋಗದಿರೆಂದು) – ಶ್ರೀಜಗನ್ನಾಥದಾಸರು

ಶ್ರೀಮಾಧವನ ದಿನದಿ ಉಪವಾಸವಿರಬೇಕು
(ಸತತ ಹರಿಯ ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು) – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ಪನ್ನಗಾರಿಧ್ವಜನ ದಿನದೊಳನ್ನನಿದ್ರೆಗಳನು ತೊರೆದು
ಅನ್ಯಶಾಸ್ತ್ರಗಳನು ಕನಸಿಲನ್ನ ನೆನೆಯದಿದ್ದವರಿಗೆ।
(ಘಾಸಿಮಾಡನೊ ಯಮನು ಘಾಸಿಮಾಡನೊ) – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ಹರಿದಿನದಿ ಉಂಬೋರ ಮೊಗವ ನೋಡಲಿ ಒಲ್ಲೆ
(ಒಲ್ಲೆ ಈ ಕುವೃತ್ತಿಗಳ ಒಲ್ಲೆ ಒಲ್ಲೆ) – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ತಿಥಿತ್ರಯ ಸತಿಸಂಗ ಮಾಳ್ಪನೇ ಹೊಲೆಯ
(ಮಧ್ವಮತ ಪೊಂದದವ ದೈತ್ಯ) – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ಹರಿದಿನವ್ರತ ದೃಢವಾದವ ಧನ್ಯ
(ಪರಸತಿ ಪಡದಮ್ಮನೆಂಬುವ ಧನ್ಯ) – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ಪುನಹ ಭೋಜನ ಕಾಂಶ ಹಾರಕ
ಚಣಕ ಉದ್ದಲಸಂದಿ ಮಧು ಮೈ–
ಥುನ ಪರಾನ್ನವು ಶಾಖ ಈ ದಶ ವರ್ಜ್ಯ ದಶಮಿಯಲಿ ।
ದಿನದಿ ನಿದ್ರೆ ಕದಳಿ ಮಧು ದ್ವಿಭೋ–
ಜನ ಸ್ತ್ರೀ ತೈಲುದಕಾಂಶ ಈ ಎಂ–
ಟನು ಬಿಡಲು ದ್ವಾದಶಿಗೆ ಪ್ರಾಣೇಶವಿಠಲ ಮೆಚ್ಚುವನು । – ಶ್ರೀಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರು

ಮತದೊಳಗೆ ಮಧ್ವಮತ ವ್ರತದೊಳಗೆ ಹರಿದಿನವು
ಕಥೆಯೊಳು ಭಾಗವತವೆನ್ನಿ ಕೋಲೆ
ಕಥೆಯೊಳು ಭಾಗವತವೆನ್ನಿ ಇದರಂತೆ
ಪ್ರತಿಮೆಯೊಳ್ ವಿಷ್ಣುಪ್ರತಿಮೆನ್ನಿ ಕೋಲೆ – ಶ್ರೀಮೋಹನದಾಸರು(ಕೋಲುಹಾಡು-೮೦)

*****

ಹರಿದಾಸರ ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಏಕಾದಶೀ ಮಹಿಮೆ*

೧

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸರಾಜರ ಕೃತಿ

ರಾಗ: ಆರಭಿ **ತಾಳ: ಝಂಪೆ**

ಹರಿದಿನ ಪಾತಕಪರಿಹಾರ ದಿವಿಜರ
ಕರುಣಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ನಂಬೆಲೊ ಮನುಜ ॥ ಪಲ್ಲವಿ ॥

ಗಂಗೆ ಮೊದಲಾದ ತೀರ್ಥಂಗಳೆಣೆಯೆ ಶ್ರೀ
ರಂಗ ಮೊದಲಾದ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಸರಿಯೆ ಉ–
ತ್ತುಂಗ ಜಪ ತಪ ಹೋಮಗಳೆದುರೆ ಶ್ರೀ
ರಂಗನಾಥನ ದಿನದೊಂದುಪವಾಸಕೆ ॥ ೧ ॥

ಹಿಂದೆ ಮಾಡಿದ ಪಾಪ ಪರಿಹಾರವು, ನೀ–
ನಿಂದು ಮಾಡುವ ಸುಕೃತ ಬೆಳೆಸು
ಮುಂದಣ ಮುಕುತಿಗೆ ಕಲ್ಪಲತಾಂಕುರ
ಇಂದಿರೇಶನ ದಿನದೊಂದುಪವಾಸಕೆ ॥ ೨ ॥

ರುಕುಮಾಂಗದ ಮೊದಲಾದ ಭಕುತರೆ
ಸಕಲವ ಬಿಟ್ಟು ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತವ
ಭಕುತಿಯಿಂ ಕೂಡಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಮೆಚ್ಚಿಸಿ
ಮುಕುತಿ ಸೂರೆಗೊಂಡರೆಂಬುದನರಿಯ ॥ ೩ ॥

* * * * *

೨

ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜರ ಕೃತಿ

ರಾಗ: (ನವರೋಜ) **ತಾಳ: (ಆದಿತಾಳ) ತಿಶ್ರನಡೆ**

ಏಕಾದಶೀ ನಿರ್ಣಯ ಅನಲು (ಸಮನೆ) ಮನೆಗೆ
ಪೇಳಬಂದ ಅನಾಥಬಂಧು ಹಯವದನ ಗೋವಿಂದ ॥ ಪಲ್ಲವಿ ॥

---

* ಪರಿಶಿಷ್ಟ - ೧ ರಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಬಂದಿರುವ ಹರಿದಾಸರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪರಿಶಿಷ್ಟ - ೨ ರಲ್ಲಿ ಹರಿದಿನವನ್ನೇ ಕುರಿತಾದ ಹರಿದಾಸರ ಪದಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ.

ತನ್ನ ನಂಬಿದವರ ತಾಪತ್ರಯವನ್ನಳಿದು
ಉನ್ನತ ಪದ(ಫಲ)ವೀವ ದಿನತ್ರಯವನ್ನು ॥ ೧ ॥

ವೃದ್ಧಿಮಾತ್ರ ಅರುಣೋದಯದ ಕೆಳಗೆ
(ಶುದ್ಧಿದಂ) ಘಳಿಗೆ ಸಾಕು ಎಂದು ॥ ೨ ॥

ಅತಿವೃದ್ಧಿ ಒಂದು ಘಳಿಗೆಯ ಕೆಳಗೆ ವಿಂ–
ಶತಿ (ಘಣ) ಪಳದೊಳಗೆ ಶುದ್ಧಿ ಬೇಕೆಂದು ॥ ೩ ॥

ತಿಥಿ ವೃದ್ಧಿ ಆದಾಗ ಹತ್ತು (ಘಣ) ಪಳ
ತಿಥಿಕ್ಷಯದೊಳು ಐದು ಶುದ್ಧಿ ಬೇಕೆಂದು ॥ ೪ ॥

ಇಂದು ದಶಮಿ ಶಾಕವ್ರತವ ಮಾಡಿ ನೀವೆಲ್ಲ
ಒಂದೆ ಬಾರಿ ಭೋಜನ ಮಾಡಿರೊ ಎಂದು ॥ ೫ ॥

ತಾಂಬೂಲಚರ್ವಣ ಸಲ್ಲ ಸ್ತ್ರೀಸಂಗ
ಹಂಬಲವನ್ನು ನೀವು ಬಿಡಿರಿ ಎಂದು ॥ ೬ ॥

ಅನ್ನವರ್ಜಿತ ತಾಂಬೂಲದರ್ಪಣಗಳು
ಚೆನ್ನವಸ್ತ್ರವು ವರ್ಜಿತ ವರ್ಜಿತವೆಂದು ॥ ೭ ॥

ನಾಳೆ ಏಕಾದಶಿ ಉಪವಾಸ ಜಾಗರ
ಆಲಸ್ಯ ಮಾಡದೆ ಮಾಡಿರೊ ಎಂದು ॥ ೮ ॥

ಜಲಪಾನ ಸಲ್ಲ ಲವಣ ಸಲ್ಲ ನಿಮಗೆಲ್ಲ
ಫಲಾಹಾರವು ಸಲ್ಲದು ಸಲ್ಲದು ಎಂದು ॥ ೯ ॥

ನಾಲ್ಕು ಹೊತ್ತಿನ ಆಹಾರವು ಬಿಡುವದು ಸರಿ
ನಾಲ್ಕುಜಾವದ ಜಾಗರ ಮಾಡಿರೋ ಎಂದು ॥ ೧೦ ॥

ಕಲಾ ಅರ್ಧ ದ್ವಾದಶಿ ಬಂದಾಗ ನೀವೆಲ್ಲ
ಒಲುಮೆಯಿಂದ ಪಾರಣೆಯ ಮಾಡಿರೋ ಎಂದು ॥ ೧೧ ॥

ಹತ್ತ್ಯೈದಾದರೆ ಮ್ಯಾಲೆ ಮತ್ತ್ಯೈದಾರೆ
ಅತ್ತತ್ತ ಹೋಯಿತು ಹರಿವಾಸರವೆಂದು ॥ ೧೨ ॥

ಸುಖಪಾರಣೆಗಳ ಮಾಡಿ ನಿಮ್ಮ ಸುಕೃತ ಶ್ರೀಹರಿಯ ಪಾ–
ದಕ್ಕೆ ಸಮರ್ಪಣೆ ಮಾಡಿರೊ ಎಂದು ॥ ೧೩ ॥

ಇಂತು ತಿಥಿತ್ರಯ ಮಾಡುವ ಜನರನ್ನು
ಸಂತತ ಪೊರೆವ ಶ್ರೀಕಾಂತ ಹಯವದನ ॥ ೧೪ ॥

*****

೩

ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರ ಕೃತಿ – ೧

ರಾಗ: ಶಂಕರಾಭರಣ **ತಾಳ: ಅಟತಾಳ**

ಹರಿದಿನದಲಿ ಉಂಡ ನರರಿಗೆ – ಘೋರ
ನರಕ ತಪ್ಪದು ಎಂದು ಶ್ರುತಿಯು ಸಾರುತಲಿದೆ ॥ ಪಲ್ಲವಿ ॥

ಗೋವ ಕೊಂದ ಪಾಪ ಸಾವಿರ ವಿಪ್ರರ
ಜೀವಹತ್ಯವ ಮಾಡಿದ ಪಾಪವು
ಭಾವಜನಯ್ಯನ ದಿನದಲುಂಡವರಿಗೆ
ಕೀವಿನೊಳಗೆ ಹಾಕಿ ಕುದಿಸುವ ಯಮನು ॥ ೧ ॥

ಒಂದೊಂದು ಅಗಳಿಗೆ ಕೋಟಿ ಕೋಟಿ ಕ್ರಿಮಿ
ಅಂದಿನ ಅನ್ನವು ನಾಯ್‌ಮಾಂಸವು
ಮಂದರಧರನ ದಿನದಲುಂಡವರನು
ಹಂದಿಯ ಸುಡುವಂತೆ ಸುಡಿಸುವ ಯಮನು ॥ ೨ ॥

ಅನ್ನ ಉದಕ ತಾಂಬೂಲ ದರ್ಪಣಗಳು
ಚಿನ್ನ ವಸ್ತ್ರಗಳೆಲ್ಲ ವರ್ಜಿತವು
ತನ್ನ ಸತಿಯ ಸಂಗ ಮಾಡುವ ಮನುಜನ
ಬೆನ್ನಲಿ ಕರುಳ ತೆಗೆಸುವ ಯಮನು ॥ ೩ ॥

ಜಾವದ ಜಾಗರ ಕ್ರತು ನಾಲ್ಕು ಸಾವಿರ
ಜಾವನಾಲ್ಕರ ಫಲಕೆ ಮಿತಿಯಿಲ್ಲವು
ದೇವದೇವನ ದಿನದಿ ನಿದ್ರೆಯಗೈದರೆ ಹುರಿ–
ಗಾವಲಿನೊಳು ಹಾಕಿ ಹುರಿಸುವ ಯಮನು ॥ ೪ ॥

ಇಂತು ಏಕಾದಶೀ ಉಪವಾಸ ಜಾಗರ
ಸಂತತ ಕ್ಷೀರಾಬ್ಧಿಶಯನನ ಪೂಜೆ
ಸಂತೋಷದಿಂದಲಿ ಮಾಡಿದ ಜನರಿಗ–
ನಂತಫಲವನೀವ ಪುರಂದರವಿಠಲ ॥ ೫ ॥

★★★★★

೪

ಶ್ರೀಪುರಂದರದಾಸರಕೃತಿ – ೨

ರಾಗ – ಕೇದಾರಗೌಳ **ತಾಳ – ಆದಿ**

ಹರಿವಾಸರದುಪವಾಸದ ಭಾಗ್ಯವು
ಕಂಡಕಂಡವರಿಗೆ ದೊರಕುವುದೆ ॥ ಪ ॥

ಹಿರಿದು ಜನ್ಮಗಳಿಂದ ಹರಿಯನಾರಾಧಿಪ
ಪರಮ ಭಾಗವತಭಕ್ತರಿಗಲ್ಲದೆ ॥ ಅ ॥

ಸ್ನಾನ ಸಂಧ್ಯಾನ ಮೊದಲಾದ ಕರ್ಮನ್ಯೂನದ ಪಾಪರಾಶಿ
ಹೇನು ಇರುವೆ ಸೊಣ ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಣಿಹಿಂಸೆಯ ಪಾಪಗಳು
ಹೀನತ್ವದಿಂದ ತುಚ್ಛರ ಕೈಲಿ ಹಿಡಿದ ದುರ್ದಾನದ ಪಾಪಂಗಳು
ಭಾನುಬಿಂಬವ ಕಂಡ ಹಿಮದಂತೆ ತೊಲಗುವ ಆ ನಂದನಂದನವ್ರತಕೆ
ಸರಿಯೆನ್ನಬಹುದೆ ॥ ೧ ॥

ಪರಸತಿಯರ ನೋಡಿ ಮನವಿಟ್ಟ ಪಾಪವು ಪರದೂಷಣೆಯ ಪಾಪವು
ಪರಹಿಂಸೆಯ ಮಾಡಿ ಅವರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಅಪಹರಿಸಿದ ಪಾಪವು
ಪರಮಾತ್ಮನ ಪೊಗಳುವ ನಾಲಗೆಯಲ್ಲಿ ನರರ ಪೊಗಳುವ ಪಾಪವು
ಹರಿಯ ಮೋರೆಯ ಕಂಡ ಕರಿಯ ಸಂಘಗಳಂತೆ ದುರಿತಕೋಟಿಗಳನ್ನು
ಪರಿಹರಿಸುವಂಥ ॥ ೨ ॥

ಆಡುವ ಅನೃತ ವಾಕ್ಯಗಳಿಂದ ಸಂಭವವಾಗುವ ಪಾಪಂಗಳು
ಆಡಬಾರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತ್ರೀಗೋಷ್ಠಿಯನಾಡಿದ ಪಾಪಂಗಳು
ಬೇಡಬಾರದಂಥ ವರವ ಕೊಡು ಎಂದು ಬೇಡಿದ ಪಾಪಂಗಳು
ಕಾಡುಕಿಚ್ಚನ್ನು ಕಂಡ ಖಗಮೃಗತತಿಯಂತೆ ಓಡಿಸುತಿರುವಂಥ
ಉತ್ತಮ ವ್ರತವು ॥ ೩ ॥

ತೋರುವ ದಶಮಿ ದ್ವಾದಶಿಯೆ ಸಂಪುಟಾಕಾರದಿಂದೊಪ್ಪುವ ಹರಿದಿನವು
ಮೂರು ದಿನದ ವ್ರತ ನಾಲ್ಕು ಹೊತ್ತಿನ ಆಹಾರವು ವರ್ಜಿತವು
ಊರು ದಾರಿಗಳನ್ನು ನಡೆಯಬಾರದು ತಾಂಬೂಲವು ವರ್ಜಿತವು
ನಾರಾಯಣನ ದಾಸರ ಸಂಗದೊಡನೆ ಜಾಗರ ಮಾಡಿ ಶ್ರೀಹರಿಯ
ಕೊಂಡಾಡುವ ॥ ೪ ॥

ಅತಿಶಯ ದಿನದಲ್ಲಿ ದೇವಋಷಿಪಿತೃತರ್ಪಣವರ್ಜಿತವು
ಪ್ರತಿವರುಷದಲಿ ಆಚರಿಸುವ ತಾಯ್ತಂದೆ ತಿಥಿಗಳೆಲ್ಲವು ವರ್ಜ್ಯವು
ಸತತವು ಮಾಡುವ ಯಜ್ಞಪುರುಷನಿಗಾಹುತಿಗಳೆಲ್ಲವು ವರ್ಜ್ಯವು
ಇತರವಾದ ಭೋಗದಾಸೆಗಳೆಲ್ಲ ವರ್ಜಿಸುತಲಿ ವೀರ-
ವ್ರತವನಾಚರಿಸುವ ॥ ೫ ॥

ಒತ್ತಿ ಬರುವ ಪಾಪಂಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಇಂತಿಮ ಪಕ್ಷಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವು
ಉತ್ತಮವಾದ ಹಲವು ವ್ರತಗಳಿಗಿಂತ ಉತ್ತಮವಾಗಿಹುದು
ಚಿತ್ತಶುದ್ಧಿಯನಿತ್ತು ಜ್ಞಾನವೈರಾಗ್ಯಾದಿ ಸಾಧನವೀವದು
ಮುಕ್ತಿಗೆ ಸೋಪಾನ ತರಣ ಭವಾಬ್ಧಿಗೆ ಹರಿಯ ಸನ್ನಿಧಿಗೆ
ಹೆದ್ದಾರಿಯ ತೋರುವ ॥ ೬ ॥

ಹಲವು ಪುರಾಣಗಳೋದಿ ಶಾಸ್ತ್ರಂಗಳ ಕೇಳಿದರೇನು
ಹಲವು ಪುಣ್ಯತೀರ್ಥ ನದ ನದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನಮಾಡಿದರೇನು
ಹಲವು ವ್ರತಂಗಳಾಚರಿಸಿ ದಾನಂಗಳ ತಿಳಿದು ಮಾಡಿದರೇನು
ಹಲವು ದೈವಗಳೊಡೆಯ ಪುರಂದರವಿಠಲನ ಒಲುಮೆಯ ವ್ರತಕೆ
ಸರಿಯೆನ್ನಬಹುದೆ ॥ ೭ ॥

★★★★★

೫

ಶ್ರೀವಿಜಯದಾಸರ ಕೃತಿ

ವಾರ್ಧಕ ಷಟ್ಪದಿ

ಏಕಾದಶಿಯ ವ್ರತವ
ಏಕಾದಶೀ ವ್ರತವ ಸಾಧಿಸಿ ಶೋಧಿಸಿ ॥ ಪ ॥

ಏಕ ಭಕುತಿಯಿಂದ ಹಾಡಿರೊ ಪಾಡಿರೊ
ಲೋಕದೊಳಗೆಲ್ಲ ಸಾರುತ ಬೀರುತ ಶ್ರೀಕಾಂತನ ಭಜಿಸಿ ॥ ಅ ॥

ದಶಮಿ ಏಕಾದಶಿ ದ್ವಾದಶಿ ದಿನತ್ರಯ
ವಸುಧೆಯೊಳಗೆ ಮಹಾವ್ರತವೆಂದು ತಿಳಿದು ತ್ರಿ–
ದಶರು ಕೈಗೊಂಡು ಮಾಡಿದರಂದು ರಾಜಿಸುವ ಸತ್ಕರ್ಮದಲಿ ।
ಬಿಸಜನಾಭನು ಲಕುಮಿಗೆ ಪೇಳಿದ ವಾರ್ತೆ
ಹಸನಾಗಿ ಬೊಮ್ಮಗೆ ಅರಹು ಮಾಡಲು ಧೇವ
ಋಷಿಗೆ ಆ ಮುನಿ ಬೀರಿದ ದಶ ದಿಸೆಗಳೊಳಗೆ ತಾನಂದು ॥ ೧ ॥

ಉದಯದೊಳೆದ್ದು ಸಂಸಾರಯಾತ್ರೆಂದು
ಬದಿಯೊಳಿದ್ದ ಹರಿದಾಸದಾಸಿಯರು
ಹೃದಯದೊಳೀಪರಿ ಯೋಚಿಸಿ ಅಜ್ಞಾನ ಒದೆದು ಕಡೆಗೆ ನೂಕಿ ।
ಸದಮಲರಾಗಿ ಸ್ನಾನಾದಿಯ ಮಾಡುತ–
ಲದರ ತರುವಾಯ ದೇವತಾರ್ಚನೆ ಬಲು
ವಿಧ ತಂತ್ರಸಾರದಿ ಮುಗಿಸಿ ಶ್ರವಣಸಾರ ಹೃದಯದೊಳು ಗ್ರಹಿಸಿ ॥ ೨ ॥

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಂಗಳಾರತಿ ಗೋ
ವಿಂದನ ಚರಣಕ್ಕೆತ್ತಿ ನಿರ್ಮಲಚಿತ್ತ
ದಿಂದ ನಲಿಯುತ್ತ ಹಿಗ್ಗಿ ಹಾರೈಸಿ ಆನಂದವಾರಿಧಿಯಲ್ಲಿ।
ಕುಂದದೆ ಸೂಸುವ ಗೆಳೆಯರಿಂದ ಕೂಡಿ
ತಂದ ಪುಷ್ಪಗಳಿಂದ ಮಂಟಪ ರಚಿಸಿ
ನಂದನ ಕಂದ ಮುಕುಂದನ ಮಧ್ಯದಲಿಂದು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ತುತಿಸಿ ॥ ೩ ॥

ಜ್ಞಾನಿಗಳೊಡನೆ ಕುಳಿತು ಸುತ್ತಲು ಸುತ್ತಿ
ಗಾನವ ಮಾಡುತ ಹರಿಯ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು
ಆತನ ತೂಗುತ ಹಾಡುತ ಪಾಡುತ ಧ್ಯಾನವ ಮಾಡುತಲಿ ।
ಮಾನಸ ಪೂಜೆಯ ಒಳಗೆ ರಚಿಸಿ ಮೇಲೆ
ಕಾಣಬಾರದಂತೆ ಜನರಿಗೆ ತೋರುತ
ನಾನೆಂಬಹಂಕೃತಿ ತೊರೆದು ಮಗುವಂತೆ ಶ್ರೀನಿವಾಸನ ನೆನೆಸಿ ॥ ೪ ॥

ತಾಳ ತಂಬೂರಿ ಝಾಂಗಟೆ ಮದ್ದಳೆ ಸ
ಮ್ಮೇಳನದಿಂದ ಕೂಡಿ ಸೋಗುವೈಯಾರದಿ
ಕಾಲಿಗೆ ಗೆಜ್ಜೆ ಕಟ್ಟಿ ವಲಯಾಕಾರ ಮೇಲು ಚಪ್ಪಳಿಕ್ಕುತ ।
ಬಾಲವೃದ್ಧರು ಕೂಡಿ ಕುಣಿಕುಣಿದು ಹಿ
ಯ್ಯಾಳಿಯಿಂದಲಿ ಹರಿಕೀರ್ತನೆ ಕೀರ್ತಿಸಿ
ಸೋಲದಲೆ ಘನಸ್ವರವೆತ್ತಿ ಕೂಗಿ ವಿಶಾಲಭಕುತಿ ಬಲಿಸಿ ॥ ೫ ॥

ಕಿರುಬೆವರೋದಕ ಮುಖದಿಂದಿಳಿಯಲು ಉ
ದರದೊಳಗಿಪ್ಪ ದೇವಗೆ ಅಭಿಷೇಚನ
ಪರವಶದೆ ಮೈಮರೆದು ತಮ್ಮೊಳು ತಾವು ಕರೆದು ತಕ್ಕೈಸುತಲಿ ।
ಕಿರುನಗೆಯಿಂದ ತೋಳುಗಳಲ್ಲಾಡಿಸಿ
ಭರದಿ ಭುಜವನೆತ್ತಿ ಹರಿದಿನ ಮರುದಿನ
ದುರಿತದ ರಾಶಿಗೆ ಪಾವಕವೆಂದು ಬೊಬ್ಬಿರಿದು ಸಾರಿರೈಯ ॥ ೬ ॥

ಮಧ್ಯ ಮಧ್ಯ ಮಂಗಳಾರತಿ ಮಾಡಿ
ಸದ್ವೈಷ್ಣವರ ಕೂಡಿ ಹರಿ ಪರದೇವತೆ
ಮಧ್ವರಾಯರೆ ಮೂಲೋಕಕೆ ಗುರುಗಳು ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮುನಿಸಮ್ಮತ ।
ಈ ಧರೆಯೊಳಗಿದು ಮಾಡದಂಥ ನರ
ಮದ್ಯ ಮಾಂಸ ಮಲ ಮೂತ್ರ ವಮನ ಕ್ರಿಮಿ
ಮೆದ್ದವನಿಗೆ ಸಮ ಚಂಡಾಲವೀರ್ಯಕೆ ಬಿದ್ದವನೆನ್ನಿ ॥ ೭ ॥

ಸಾಗರ ಮೊದಲಾದ ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆಯ ಫಲ
ಗೋಗಳೆ ಮೊದಲಾದ ದಾನ ಕೊಟ್ಟ ಫಲ
ಆಗಮ ವೇದಾರ್ಥವನೋದಿಸಿದ ಫಲ ಯಾಗ ಮಾಡಿದ ಫಲವೊ ।

ಭಾಗವತರ ಸಂಗದಿ ಚತುರ್ಯಾಮ
ಜಾಗರವೆಸಗಿದ ಮನುಜನ ಚರಣಕ್ಕೆ
ಬಾಗಿದವಗಿಂತು ಫಲಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಹುದು ಭಾಗ್ಯವಂತನಾಗುವ ॥ ೮ ॥

ನಿತ್ಯನೈಮಿತ್ತಿಕವ ಮಾಡು ಮಾಡದಲಿರು
ತತ್ತ್ವ ವಿಚಾರಿಸಿ ಸುಖಿಸಿ ದ್ವಾದಶಿ ದಿನ
ಹೊತ್ತೋಗಗೊಡದಲೆ ಸದಾಚಾರಸ್ಮೃತಿಯಂತೆ ಪಂಕ್ತಿಪಾವನ ।
ಉತ್ತಮರೊಡಗೂಡಿ ಮೃಷ್ಟಾನ್ನ ಭುಂಜಿಸಿ
ಮೃತ್ಯು ಜಯಿಸಿ ಸದ್ಗತಿಗೆ ಸಾಧ್ಯನಾಗು
ಸತ್ಯಮೂರುತಿ ವಿಜಯವಿಠಲರೇಯನು ನಿತ್ಯ ಬಿಡದೆ ಕಾಯ್ವ ॥ ೯ ॥

★★★★★

೬

ಪ್ರಸನ್ನ ವೇಂಕಟದಾಸರ ಕೃತಿ

ರಾಗ : ಕೇದಾರಗೌಳ ತಾಳ: ಝಂಪೆ

ಹರಿದಿನಾ ಇಂಥಾ ಹರಿದಿನಾ
ಹರಿದಿನದ ಮಹಿಮೆ ಹೊಗಳಲಗಾಧ ॥ ಪ ॥

ಪರಮ ಭಾಗವತರಾಚರಣೆಗಾಹ್ಲಾದ
ದುರಿತದುಷ್ಕೃತಪರ್ವತಕೆ ವಜ್ರನಾದ
ಮರುತಸದ್ವ್ರತಕೆಲ್ಲ ಶಿರೋರತ್ನವಾದ ॥ ಅ ॥

ಭಕುತಿಗೆ ಮೊದಲು ವಿರಕತಿ ಬೀಜವೆಂಬ
ಸಕಲ ತಪದೊಳೆಲ್ಲಾ ಮೇಲೆನಿಸಿಕೊಂಬ
ಮಖಕೋಟಿಗಧಿಕ ಫಲ ಸ್ಥಿರಸ್ತಂಬ
ಮುಕುತಿ ಸೋಪಾನ ನಿದಾನತ್ವದೆಂಬ ॥ ೧ ॥

ತ್ವಕ್ ಚರ್ಮ ಅಸ್ಥಿ ಮಜ್ಜ ಮಾಂಸ ರುಧಿರ
ಯುಕುತಸಪ್ತಧಾತುಗಳಿಹ ಶರೀರ
ನಖಕೇಶಕಫಸ್ವೇದಮಲಮೂತ್ರಾಗಾರ
ಈ ನಿಖಿಳ ಪಾವನ ಮಾಡುವ ನಿರಾಹಾರ ॥ ೨ ॥

ವರವಿಪ್ರಕ್ಷತ್ರಿಯವೈಶ್ಯಶೂದ್ರ ಜನರು
ತರಳಯವ್ವನವೃದ್ಧನರರು ನಾರಿಯರು
ಕಿರಾತಪುಲಕಸಾಂಧ್ರಹೂಣಜಾತಿಯವರು
ಹರಿವ್ರತ ಮಾತ್ರದಿ ಮುಕುತಿಯೈದುವರು ॥ ೩ ॥

ದ್ವಿಜಗೋವುವಧ ನೃಪರನು ಕೊಂದ ಪಾಪ
ನಿಜಗುರುಸತಿಯರ ಸಂಗಮ ಪಾಪ
ಅಜಲಪಾನದ ದಿನದುಂಡ ಮಹಾಪಾಪ
ನಿಜನಾಶ ಮೋಕ್ಷ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯು ಸತ್ಯಾಲಾಪ ॥ ೪ ॥

ಯಾಮಿನಿಯಲಿ ಅನಿಮಿಷದ ಜಾಗರವು
ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತ ಶ್ರವಣ ಗೀತಾಪಠಣ
ಪ್ರೇಮವಾರಿಧಿಲಿ ಮುಳುಗಿ ಸಂಕೀರ್ತನೆಯು
ಧಾಮತ್ರಯದ ಸುಖಕಿದೇ ಕಾರಣವು ॥ ೫ ॥

ಅರ್ಧಕೋಟಿ ತೀರ್ಥಸ್ನಾನವೆಲ್ಲಾ ಅ
ಜಸ್ರ ಪ್ರಯಾಗ ಕಾಶಿವಾಸವೆಲ್ಲಾ ಸ
ಹಸ್ರ ಕೋಟಿ ಭೂಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆಯೆಲ್ಲಾ
ಸುಶ್ರದ್ಧೆ ಸಹ ಜಾಗರಕೆ ಸರಿಯಲ್ಲಾ ॥ ೬ ॥

ಪಂಚ ಮಹಾಪಾಪ ಪ್ರಪಾಪವವಗೆ
ವಂಚಕಪಿಶುನಜನರ ಪಾಪವವಗೆ
ಮಿಂಚುವ ಕ್ಷೇತ್ರವಳಿ ಪಾಪವವಗೆ
ಪಂಚಕವ್ರತ ಪೆತ್ತವ್ರತ ಉಲ್ಲಂಘಿಪಗೆ ॥ ೭ ॥

ಸರ್ಪಶಯನಗೆ ನೀರಾಜನವೆತ್ತಿ ನೋಡಿ
ಉಪವಾಸದಿ ಭಗವದ್ಭಜನ ನೃತ್ಯವಾಡಿ
ಚಪ್ಪಾಳಿಕ್ಕುತ ದಂಡಿಗಿ ಮುಟ್ಟಿ ಪಾಡಿ
ತಪ್ಪೇನಾ ಇಳನರ್ಕ ಫಲ ಕೈಗೂಡಿ ॥ ೮ ॥

ಶ್ರುತಿಪಂಚರಾತ್ರಾಗಮವು ಸಾರುತಿದೆ
ಯತಿ ಮಧ್ವರಾಯರ ಕೃತಿ ಪೇಳುತಿವೆ
ಕ್ರತುಸೇವ್ಯ ಪ್ರಸನ್ವೇಂಕಟಕೃಷ್ಣ ಮತವೆ
ಕ್ಷಿತಿಪತಿಸುರರತಿಶಯದ ಸದ್ವ್ರತವೆ ॥ ೯ ॥

*****

೭

ಶ್ರೀ ಪ್ರಾಣೇಶದಾಸರ ಕೃತಿ

ರಾಗ: ಭೈರವಿ ತಾಳ: ಅಟತಾಳ

ಅಂಧಂತಮಸ ಪಾಪ್ತಿ ನಿಶ್ಚಯ ಶ್ರುತಿ –
ಯಿಂದ ಪ್ರಕಾರವಾಚರಿಸದವರಿಗೆ
ಅಂಧಂತಮಸೆ ಪ್ರಾಪ್ತಿ ನಿಶ್ಚಯ ॥ ಪ ॥

ಹರಿದಿನದಲಿ [೧]ಅಹರ ಬಿಟ್ಟು ಮುದದಿ ಜಾ–
ಗರವ ಮಾಡದಲುಂಡು ವರಗೂವಧಮಗೇ ॥ ೧ ॥

ಹರಿವಾಸರ ವಿನಹಾ ಸರುವ ದ್ವಾದಶ ಪಾರ
ಣೆ ರವಿಯುದಯಕಾಗದಿರುವ ದುರ್ಮತಿಗೇ ॥ ೨ ॥

ನಾಲ್ವತ್ತೈದು ಘಟಿ ಮ್ಯಾಲೇಕಾದಶಿಯಾಗೆ
ಶ್ರೀಲೋಲ ವ್ಯಾಸರಾರೇಳು ಕಳೆವಂಗೇ ॥ ೩ ॥

ಪ್ರಥಮಕಾಲವ ಮೀರ್ಯಚ್ಯುತನ ಪ್ರಸಾದವ
ಪ್ರತಿದ್ವಾದಶಿಯೊಳುಂಬ ಮತಿಗೇಡಿಗಳಿಗೆ ॥ ೪ ॥

ದಶಪಂಚ ಮ್ಯಾಲೊಂದು ದಶಮಿಸಿದ್ಧಾಂತವೋ–
ದಿಸಲು ಶ್ರೀವರನ ದಿವಸ ಹಿಂದಾಗುವಗೇ ॥ ೫ ॥

ವೇಧಿಲ್ಲಾ ದಶಮಿಗೆ ದ್ವಾದಶಿ ಪರದಿನ–
ಖ್ಯೊದಾರೆ ದ್ವಯ ನಿರ್ಜಲಾದವೆನ್ನದೀರೆ ॥ ೬ ॥

ಪಳಾಧಿಕೈವತ್ತೇಳು ಘಳಿಗೆ ದ್ವಾದಶಿ ವೊದಿ–
ಸಲು ಸಾಧನಿದು ಎಂದು ತಿಳಿಯದವನಿಗೆ ॥ ೭ ॥

ದಶಮಿಯೊಳ್ ಹತ್ತು ದ್ವಾದಶಿಯೊಳೆಂಟು ಬಿಡಾದೆ–
ಪಶುವಿನಂದದಿ ಬಲು ಹಸಗೆಟ್ಟವನಿಗೇ ॥ ೮ ॥

ಎಲ್ಲಾರು ಸಂದೇಹ ಉಳ್ಳಾರೆ ಮರುದಿನ
ದಲ್ಲೆ ದಶಮಿ ಮಾಡದೊಲ್ಲದಿದ್ದವಗೇ ॥ ೯ ॥

ಅತಿಸಾಧನಿರಲು ಆಹುತಿಯನ್ನು ಬಹು ಪೋಷಿ–
ಸುತ ಪಾರಣೆಗೆ ಹೊತ್ತು ವೃಥ ಕಳೆವನಿಗೆ ॥ ೧೦ ॥

ಅನಿವಾರ್ಯ ಬರಲು ಸಾಧನಿಗೆ ತೀರ್ಥವ ಕೊಂಡು
ಅನುಮಾನ ಮ್ಯಾಲೆ ಭೋಜನಕೆ ಮಾಡುವಗೇ ॥ ೧೧ ॥

ಮಂಕು ಬುದ್ಧಿಯಲಿಂದ ಸಂಕಟಿಲ್ಲದೆ ತೀರ್ಥ–
ಮಂ ಕೊಂಡು ಸಾಧನಿಯಂಕ ತೋರುವವಗೇ ॥ ೧೨ ॥

ಸತಿಗೆ ಶ್ರಾದ್ಧವ ಮಾಳ್ಪ ಸುತಗೊಡಿಯನ ಸೇವೆ
ರತಗೆ ಸಂಕಟವೆನ್ನದತಿ ಮೂಢನರಗೇ ॥ ೧೩ ॥

---

೧. ಅಹರ = ಆಹಾರ

ಈರಾರು ದಿನ ಹದಿಮೂರು ಘಳಿಗೆ [೧]ವಿಷ್ಣು-
ತಾರಪಿದ್ದರೆ [೨]ನೀರಹಾರ ಮಾಡದಿರೆ ॥ ೧೪ ॥

ದ್ವಯಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ತಿಥಿತ್ರಯ ಸಮನಾಗೆವೆ
ಭಯಹರ ವ್ರತವೆನ್ನದವಿವೇಕಿಗಳಿಗೇ ॥ ೧೫ ॥

ತಿಥಿತ್ರಯದಲಿ ಮಾತೃಪಿತೃಸ್ವರ್ಗವೈದಾಲು
ರತಿಯಿಂದೋಪವಾಸವ್ರತಪತಿತ ಮಾನವಗೇ ॥ ೧೬ ॥

ಅನಳಗಾಹುತಿ ಶ್ರಾದ್ಧ ಅನಿಮಿಷಾದ್ಯರಿಗೆ ತ –
ರ್ಪಣ ಕೃಷ್ಣಾಷ್ಟಮಿ ಹರಿದಿನದಿ ಮಾಡುವಗೇ ॥ ೧೭ ॥

ಸಮೀರಮತಸ್ಥಾನು ಅಮರಲೋಕೈದಿರಲು
ವಿಮತಸ್ಥನಿಂದಲಾ ಕ್ರಮವ ಮಾಡಿಸಿದರೆ ॥ ೧೮ ॥

ದಶಮಿ [೩]ಶಿವನಿಶಿ ದ್ವಾದಶಿ ಸಾಧನಿ ಶ್ರಾದ್ಧ ಸಂ–
ಧಿಸಿರೆ [೪]ವಿಷ್ಣುಪವಾಸ ಎಸಗುವವನಿಗೆ ॥ ೧೯ ॥

ಅನಿರುದ್ಧನಿಗರ್ಪಿಸಿ ಅನುದಿನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾ –
ಣನಿಗರ್ಪಿಸದಲುಂಬ ಮನುಜಾಧಮರಿಗೇ ॥ ೨೦ ॥

ಪ್ರಾಣೇಶವಿಠಲನ ಧ್ಯಾನದೊಳಿರುತಿಪ್ಪ
ಪ್ರಾಣದೇವರ ಉಕ್ತಿಯ ನಂಬದವಗೇ ॥ ೨೧ ॥

★★★★★

ಮತದೊಳಗೆ ಮಧ್ವಮತ ವ್ರತದೊಳಗೆ ಹರಿದಿನವು
ಕಥೆಯೊಳು ಭಾಗವತವೆನ್ನಿ ಕೋಲೆ
ಕಥೆಯೊಳು ಭಾಗವತವೆನ್ನಿ ಇದರಂತೆ
ಪ್ರತಿಮೆಯೊಳ್ ವಿಷ್ಣುಪ್ರತಿಮೆ ಎನ್ನಿ ಕೋಲೆ

– ಶ್ರೀಮೋಹನ ದಾಸರು (ಕೋಲುಹಾಡು , ೮೦)

★★★★★

ಸಮರ್ಪಿತಂ ಮಯಾ ಭವೇತ್ ಸುಮಧ್ವಸುತ್ತವಾಣಿನಾ ।
ರಮಾರಮೇಶಪಾದಯೋಃ ಪ್ರಭಂಜನಾಭಿಧಾಯುಜಾ ॥

* * * * * *

---

೧. ವಿಷ್ಣುತಾರಾ = ಶ್ರವಣನಕ್ಷತ್ರ
೨. ನೀರಹಾರ = ನಿರಾಹಾರ
೩. ಶಿವನಿಶಿ = ಶಿವರಾತ್ರಿ
೪. ವಿಷ್ಣುಪವಾಸ = ವಿಷ್ಣುಪಂಚಕೋಪವಾಸ

ಪರಿಶಿಷ್ಟ – ೩

ವರ್ಷದ ಏಕಾದಶಿಯ ನಾಮಗಳು*

ಅಥ ದ್ವಾದಶಮಾಸೇಷು ಏಕಾದಶ್ಯೋ ಭವಂತಿ ಯಾಃ ।
ಅಧಿಕೇ ಮಾಸಿ ಚಾಪ್ಯನ್ಯೇ ಯೇ ಚ ದ್ವೇ ಭವತಃ ಶುಭೇ ॥ ೧ ॥

ಏವಂ ಷಡ್ವಿಂಶಸಂಖ್ಯಾಕಾ ಏಕಾದಶ್ಯೋ ಭವಂತಿ ಹಿ ।
ತಾಸಾಂ ನಾಮಾನ್ಯಹಂ ವಚ್ಮಿ ಶ್ರುಣುಧ್ವಂ ಸುಸಮಾಹಿತಾಃ ॥ ೨ ॥

ಉತ್ಪನ್ನಾ ಮೋಕ್ಷದಾ ಚಾಪಿ ಸಫಲಾ ಪುತ್ರದಾ ತಥಾ ।
ಷಟ್ತಿಲಾಖ್ಯಾ ಜಯಾಖ್ಯಾ ಚ ವಿಜಯಾಽಽಮಲಕೀತಿ ಚ ॥ ೩ ॥

ಪಾಪಮೋಚನಿಕಾಖ್ಯಾ ಚ ಕಾಮದಾ ಚ ವರೂಥಿನೀ ।
ಮೋಹಿನೀ ಚಾಪರಾಖ್ಯಾ ಚ ನಿರ್ಜಲಾ ಯೋಗಿನೀ ತಥಾ ॥ ೪ ॥

ವಿಷ್ಣೋರ್ದೇವಸ್ಯ ಶಯನೀ ಪವಿತ್ರಾ ಪುತ್ರದಾ ತ್ವಜಾ ।
ಪರಿವರ್ತಿನೀಂದಿರಾಖ್ಯಾ ತಥಾ ಪಾಪಾಂಕುಶಾ ರಮಾ ॥ ೫ ॥

ದೇವೋತ್ಥಾನೀತಿ ಚ ಪ್ರೋಕ್ತಾಶ್ಚತುರ್ವಿಂಶತಿನಾಮಭಿಃ ।
ದ್ವೇ ಚಾಪ್ಯಧಿಕಮಾಸಸ್ಯ ಪದ್ಮಿನೀ ಪರಮೇತಿ ಚ ॥ ೬ ॥

ಅನ್ವರ್ಥಾನಿ ಚ ನಾಮಾನಿ ಸರ್ವಾಸಾಂ ವಿದ್ಧಿ ನಿಶ್ಚಿತಮ್ ।
ತದ್ಧಿ ಸರ್ವಂ ಕಥಾಭಿಸ್ತು ಸ್ಫುಟತೋ ಯಾಸ್ಯತಿ ಧ್ರುವಮ್ ॥ ೭ ॥

ವ್ರತಮುದ್ಯಾಪನಂ ಚಾಸಾಂ ಯದಿ ಕರ್ತುಂ ನ ಶಕ್ನುಯಾತ್ ।
ತದಾ ಸಂಕೀರ್ತನಾನ್ನಾಮ್ನಾಂ ಸದ್ಯಸ್ತತ್ಫಲಮಾಪ್ನುಯಾತ್ ॥ ೮ ॥

– (ಪುರಾಣಶ್ಲೋಕಗಳು)

******

ಏಕಾದಶಿಯ ನಾಮಗಳು

ಮಾಸ	ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷ	ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷ
ಚೈತ್ರ	ಕಾಮದಾ	ಪಾಪಮೋಚನೀ
ವೈಶಾಖ	ಮೋಹಿನೀ	ವರೂಥಿನೀ
ಜ್ಯೇಷ್ಠ	ನಿರ್ಜಲಾ	ಅಪರಾ
ಆಷಾಢ	ಪದ್ಮಾ (ಶಯನ್ಯೈಕಾದಶೀ)	ಯೋಗಿನೀ
ಶ್ರಾವಣ	ಪುತ್ರದಾ	ಕಾಮಿಕಾ
ಭಾದ್ರಪದ	ಜಯಂತೀ	ಅಜಾ

ಆಶ್ವೀಜ	ಪಾಪಾಂಕುಶಾ	ಇಂದಿರಾ
ಕಾರ್ತಿಕ	ಪ್ರಬೋಧಿನೀ	ರಮಾ
ಮಾರ್ಗಶೀರ್ಷ	ಉತ್ಪನ್ನಾ	ಪವಿತ್ರಾ
ಪುಷ್ಯ	ಪುತ್ರದಾ	ಸಫಲಾ
ಮಾಘ	ಜಯಾ	ಷಟ್ತಿಲಾ
ಫಾಲ್ಗುಣ	ಆಮಲಿಕಾ	ವಿಜಯಾ
ಅಧಿಕ	ಪದ್ಮಿನೀ	ಪರಮಾ

******

ಏಕಾದಶಿಯ ನಾಮಗಳು (ಪುರಾಣಾಂತರದಿಂದ)

ಮಾಸ	ಶುಕ್ಲಪಕ್ಷ	ಕೃಷ್ಣಪಕ್ಷ
ಚೈತ್ರ	ಕಾಮದಾ	ವರೂಥಿನೀ
ವೈಶಾಖ	ಮೋಹಿನೀ	ಅಪರಾ
ಜ್ಯೇಷ್ಠ	ನಿರ್ಜಲಾ	ಯೋಗಿನೀ
ಆಷಾಢ	ಶಯನೀ	ಕಾಮಿಕಾ
ಶ್ರಾವಣ	ಪುತ್ರದಾ	ಅಜಾ
ಭಾದ್ರಪದ	ಪರಿವರ್ತಿನೀ	ಇಂದಿರಾ
ಆಶ್ವಿನ	ಪಾಶಾಂಕುಶಾ	ರಮಾ
ಕಾರ್ತಿಕ	ಪ್ರಬೋಧಿನೀ	ಉತ್ಪತ್ತಿ
ಮಾರ್ಗಶಿರ	ಮೋಕ್ಷದಾ	ಸಫಲಾ
ಪುಷ್ಯ	ಪುತ್ರದಾ	ಷಟ್‌ತಿಲಾ
ಮಾಘ	ಜಯಾ	ವಿಜಯಾ
ಫಾಲ್ಗುಣ	ಆಮಲಿಕಾ	ಪಾಪವಿಮೋಚನೀ

॥ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು ॥

ಸಮರ್ಪಿತಂ ಮಯಾ ಭವೇತ್ ಸುಮಧ್ವನುತ್ತವಾಣಿನಾ ।
ರಮಾರಮೇಶಪಾದಯೋಃ ಪ್ರಭಂಜನಾಭಿಧಾಯುಜಾ ॥

******

ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ(ರಿ.)

ಸಂಸ್ಥಾಪಕ-ನಿರ್ದೇಶಕರು : ಡಾ|| ವ್ಯಾಸನಕೆರೆ ಪ್ರಭಂಜನಾಚಾರ್ಯ

''ಪಾಜಕ'', 67, 50 ಅಡಿ ರಸ್ತೆ, ಹನುಮಂತನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-19. ✆ 2660 2802

Internet: www.vyasamadhwa.org   E-mail: info@vyasamadhwa.org

ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಕಟಣೆಗಳು:

1. ಸಂಗ್ರಹರಾಮಾಯಣ (ಅನುವಾದಸಮೇತ)
2. ಶ್ರೀಹರಿಭಜನಕಲ್ಪದ್ರುಮ
3. ವೈಷ್ಣವಮುನಿವೃಂದಚರಿತೆ
4. ಮಹಾಭಾರತದರ್ಶನ
5. ಶ್ರೀಮದ್ಭಾಗವತದರ್ಶನ
6. ರಾಮಾಯಣದರ್ಶನ
7. ಶ್ರೀಹರಿದಾಸಕೃತಿಶ್ರೇಣಿ
8. ಶ್ರೀಮಧ್ವಕೋಶ
9. ಮಧ್ವಸುಭಾಷಿತ
10. **'ಭಾತಿ ಶ್ರೀಜಯತೀರ್ಥವಾಕ್'** (ಶ್ರೀಜಯತೀರ್ಥರ ಸೂಕ್ತಿಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)
11. **ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ** (ಭಾಗ 9 ರಿಂದ 12)
12. **ಸುಮಧ್ವವಿಜಯ** (ಅನುವಾದಸಮೇತ, ನಾಲ್ಕನೆಯ ಆವೃತ್ತಿ)
13. ತೀರ್ಥಪ್ರಬಂಧಃ (ಸಂಸ್ಕೃತವ್ಯಾಖ್ಯಾನಸಮೇತ)
14. ರುಗ್ಮಿಣೀಶವಿಜಯಃ (ಸಂಸ್ಕೃತವ್ಯಾಖ್ಯಾನಸಮೇತ)

ವಿಶೇಷ ಸೂಚನೆ :

1) ರೂ.12,000/- ಹಾಗೂ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮೊತ್ತದ ದೇಣಿಗೆಯನ್ನು ನೀಡುವವರಿಗೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನದ ಪ್ರಕಾಶನದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗುವುದು.

2) ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನಕ್ಕೆ ನೀಡುವ ಎಲ್ಲಾ ಬಗೆಯ ದೇಣಿಗೆಗಳಿಗೂ ಆದಾಯತೆರಿಗೆ ನಿಯಮ 80ಜಿ ಅನ್ವಯ ಆದಾಯತೆರಿಗೆ ವಿನಾಯಿತಿ ಸೌಲಭ್ಯ ಉಂಟು.

3) ದೇಣಿಗೆಗಳನ್ನು ''ಶ್ರೀವ್ಯಾಸಮಧ್ವಸಂಶೋಧನ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ(ರಿ.)'', ಬೆಂಗಳೂರು - ಈ ಹೆಸರಿಗೆ ನಗದು/ ಚೆಕ್/ಡ್ರಾಫ್ಟ್ ಮೂಲಕ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಅಧಿಕೃತ ರಸೀತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯತಕ್ಕದ್ದು.

ನಮ್ಮ ಪ್ರಕಾಶನಗಳು

ಶ್ರೀಮದಾನಂದತೀರ್ಥಭಗವತ್ಪಾದಪ್ರಣೀತ ಸರ್ವಮೂಲಗ್ರಂಥಗಳು

1)	ಸಂಸ್ಕೃತಲಿಪಿಯಲ್ಲಿ (ಏಳು ಸಂಪುಟಗಳು)	3500.00
2)	ಕನ್ನಡಲಿಪಿಯಲ್ಲಿ (ಏಳು ಸಂಪುಟಗಳು)	2100.00
3)	ತೆಲುಗುಲಿಪಿಯಲ್ಲಿ (ಆರು ಸಂಪುಟಗಳು)	2000.00

ಉಪಲಬ್ಧವಿರುವ ಇತರ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕೃತಿಗಳು

4)	ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯಃ (ಭಾವಪ್ರಕಾಶಿಕಾಸಮೇತ)	800.00
5)	**ದ್ವಾದಶಸ್ತೋತ್ರಮ್** (ಎರಡು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳ ಸಮೇತ)	100.00
6)	**ಸುಮಧ್ವವಿಜಯಃ** (ಮೂಲಮಾತ್ರ)	50.00
7)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ** (ವೈಷ್ಣವಸ್ತೋತ್ರಸಂಗ್ರಹ)	80.00

ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ

8)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 1** (ವೈಷ್ಣವರ ನಿತ್ಯಪಠನೀಯ ಸ್ತೋತ್ರಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)	50.00
9)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 2** (ವಿಷ್ಣುಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ ಭಾಗ - 1)	50.00
10)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 3** (ವಿಷ್ಣುಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ ಭಾಗ - 2)	50.00
11)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 4** (ಸಂಕೀರ್ಣವಿಷ್ಣುಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ ಭಾಗ - 1)	50.00
12)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 5** (ಸಂಕೀರ್ಣವಿಷ್ಣುಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ ಭಾಗ - 2)	60.00
13)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 6** (ಸಹಸ್ರನಾಮಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ)	50.00
14)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 7** (ಲಕ್ಷ್ಮೀಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ)	35.00
15)	**ಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ - 8** (ವಾಯುಸ್ತೋತ್ರಮಾಲಿಕಾ)	50.00

ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಅನುವಾದಿತ/ಸಂಪಾದಿತ ಇತರ ಕೃತಿಗಳು

16)	**ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾಭಾರತತಾತ್ಪರ್ಯನಿರ್ಣಯ** (ಅನುವಾದ, ವಿವರಣೆ, ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿನ ವಿಶೇಷಾಂಶಗಳ ಸಮೇತ)	1600.00
17)	**ಕೃಷ್ಣಾಮೃತಮಹಾರ್ಣವ** (ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ, ವಿವರಣೆ, ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿನ ವಿಶೇಷಾಂಶಗಳ ಸಮೇತ)	60.00
18)	**ಶ್ರೀಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರ** (ಮೂಲಮಾತ್ರ - ಸಂಶೋಧಿತ ಆವೃತ್ತಿ)	100.00
19)	**ಶ್ರೀಹರಿಕಥಾಮೃತಸಾರ** (ಮೂಲ, ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ, ವಿವರಣೆ, ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿನ ವಿಶೇಷಾಂಶಗಳ ಸಮೇತ)	100.00
20)	**ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರ ಕಾಲನಿರ್ಣಯ** (ಶ್ರೀಮಧ್ವಾಚಾರ್ಯರ ಕಾಲದ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸಬೆಳಕು)	15.00
21)	**ವೇಂಕಟೇಶಪಾರಿಜಾತ** (ಕನ್ನಡ ವೇಂಕಟೇಶಮಾಹಾತ್ಮ್ಯ)	50.00
22)	**ಶ್ರೀಹರಿದಾಸರ ಉಗಾಭೋಗಗಳು** (ಒಟ್ಟು 659 ಉಗಾಭೋಗಗಳ ಸಂಕಲನ)	80.00
23)	**ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತಾ** (ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ)	40.00
24)	**ಗೀತಾ ಮಧು** (ಶ್ರೀಮಧ್ವಭಾಷ್ಯಾನುಸಾರಿಯಾದ ಗೀತಾರ್ಥಸಾರ)	60.00
25)	**ಭಾಗವತದ ಬೆಳಕು**	20.00
26)	**ಶ್ರೀವೇದವ್ಯಾಸದರ್ಶನ** (ಶ್ರೀವೇದವ್ಯಾಸಾವತಾರದ ಸಮಗ್ರ ಪರಿಚಯಾತ್ಮಕ ಕೃತಿ)	50.00
27)	**ಶ್ರೀಪೂರ್ಣಪ್ರಜ್ಞದರ್ಶನ** (ಆಚಾರ್ಯ ಶ್ರೀಮಧ್ವರ ಸಮಗ್ರ ಪರಿಚಯಾತ್ಮಕ ಕೃತಿ)	50.00
28)	**ಶ್ರೀಜಯತೀರ್ಥದರ್ಶನ** (ಶ್ರೀಜಯತೀರ್ಥರ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಸಾಧನೆಗಳ ನೋಟ)	35.00
29)	**ಶ್ರೀಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯತೀರ್ಥರು** (ಶ್ರೀಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯತೀರ್ಥರ ಪರಿಚಯಾತ್ಮಕ ಕೃತಿ)	15.00
30)	**ಶ್ರೀರಘೂತ್ತಮತೀರ್ಥರು** (ಶ್ರೀರಘೂತ್ತಮತೀರ್ಥರ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಕೃತಿಗಳ ಪರಿಚಯ)	25.00
31)	**ಶ್ರೀರಾಘವೇಂದ್ರದರ್ಶನ** (ಶ್ರೀರಾಘವೇಂದ್ರಸ್ವಾಮಿಗಳ ಜೀವನ, ಸಾಧನೆಗಳ ಒಂದು ನೋಟ)	30.00
32)	**ಶ್ರೀವಾದಿರಾಜತೀರ್ಥಕೃತ ತೀರ್ಥಪ್ರಬಂಧ** (ಭಾರತದ ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಪರಿಚಯ – ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ)	100.00
33)	**ಬಳಿತ್ಥಾಸೂಕ್ತಮ್** (ಅನುವಾದ ಹಾಗೂ ವಿವರಣೆಗಳ ಸಮೇತ)	20.00
34)	**ಸದಾಚಾರವಿನೋದ ಭಾಗ - 1** (ವೈಷ್ಣವ ಸದಾಚಾರ ದೀಪಿಕಾ)	70.00
35)	**ಮನುಸುಭಾಷಿತ** (ಮನುಸ್ಮೃತಿಯಲ್ಲಿನ ಧರ್ಮಬೋಧಕಸೂಕ್ತಿಗಳ ಸಂಗ್ರಹ)	25.00
36)	**ಶ್ರೀಹೃಷೀಕೇಶತೀರ್ಥಕೃತ ಸಂಪ್ರದಾಯಪದ್ಧತಿ** (ಶ್ರೀಪಾಜಕಕ್ಷೇತ್ರಮಾಹಾತ್ಮ್ಯ, ಶ್ರೀಮಧ್ವಮಾಹಾತ್ಮ್ಯ)	20.00
37)	**ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ಮಿ** ('ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮಾಸ್ಮಿ' ಎಂಬ ವಚನದ ಮಥಿತಾರ್ಥ)	10.00
38)	**ಉಡುಪಿ ಅಷ್ಟಮಠಗಳ ಗುರುಪರಂಪರೆ** (ಅಷ್ಟಮಠಗಳ ಗುರುಪರಂಪರೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೊಸಬೆಳಕು)	60.00